INTIMITATEA

PERSPECTIVE CLINICE, CULTURALE, DIGITALE ȘI DE DEZVOLTARE



GURMEET KANWAL
ȘI SALMAN AKHTAR

PPT
PSIHOLOGIA PENTRU TOȚI
TREI

Cele **O mie și una de nopți** ale Șeherezadei sunt un exemplu excelent al fricii de intimitate a bărbatului. Contrar interpretării literale sau istorice a **O mie și una de nopți** la un nivel manifest, de fapt este vorba despre aceeași poveste spusă de o mie de ori. Iar intriga acelei unice povești este vindecarea/domesticirea unui bărbat nesigur, paranoid și narcisic, care nu poate rămâne într-o relație cu o femeie pentru mai mult de o noapte și o va elimina — metaforic, ucigând-o — în ziua următoare, în căutarea unei noi idile.

Autorii



PSIHOLOGIA PENTRU TOȚI
TREI

Colecție coordonată de
SIMONA REGHINTOVSCHI



GURMEET KANWAL

ȘI SALMAN AKHTAR (COORD.)

INTIMITATEA

PERSPECTIVE CLINICE, CULTURALE, DIGITALE ȘI DE DEZVOLTARE

Traducere din limba engleză
de **Laura Netea**



PPT
PSIHOLOGIA PENTRU TOȚI
TREI

EDITORI
Silviu Dragomir
Vasile Dem. Zamfirescu

DIRECTOR EDITORIAL
Magdalena Mărculescu

REDACTARE
Victor Popescu

DESIGN ŞI ILUSTRAŢIE COPERTĂ
Andrei Gamarț

DIRECTOR PRODUCŢIE
Cristian Claudiu Coban

DTP
Mirela Voicu

CORECTURĂ
Irina Botezatu
Dușa Udrea-Boborel

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României
KANWAL, GURMEET
Intimitatea : perspective clinice, culturale, digitale şi de dezvoltare / Gurmeet Kanwal şi Salman Akhtar ; trad. din engleză de Laura Netea. - Bucureşti : Editura Trei, 2021
Conține bibliografie
ISBN 978-606-40-0965-4

I. Akhtar, Salman
II. Netea, Laura (trad.)

159.9

ISBN 978-606-40-0965-4

Titlul original: *Intimacy: Clinical, Cultural, Digital and Developmental Perspectives*
Autori: Gurmeet Kanwal și Salman Akhtar

Copyright © 2019 selection and editorial matter, Gurmeet Kanwal and Salman Akhtar; individual chapters, the contributors

Chapter I is reprinted, with the author's and the publisher's permission, from *Silent Virtues: Patience, Curiosity, Privacy, Intimacy, Humility, and Dignity*, pp. 86–112. London: Routledge, 2019.

All Rights Reserved.
Authorised translation from the English language edition published by Routledge, a member of the Taylor & Francis Group.

Copyright © Editura Trei, 2021
pentru prezenta ediție

O.P. 16, Ghişeul 1, C.P. 0490, Bucureşti
Tel.: +4 021 300 60 90;
Fax: +4 0372 25 20 20
e-mail: comenzi@edituratrei.ro
www.edituratrei.ro

Cuprins

Mulțumiri 11

Introducere 13

PROLOG 15

Conceptul de intimitate: O expunere introductivă 17
SALMAN AKHTAR

Definiție și descriere 19
Substraturile de dezvoltare 24
Psihopatologie 30
Aspecte socioculturale 40
Trei paliere neexplorate ale intimității 46
Implicații tehnice 55
Concluzii 63

SPECTRUL INTIMITĂȚII 65

Atașamentul și intimitatea 67
APRIL FALLON și RAMA RAO GOGINENI

Constructe ale intimității, atașamentului
și îngrijirii 68
În ce fel atașamentul timpuriu afectează
dezvoltarea intimității adulte 82
Concluzii 98

Intimitatea și destinul acesteia în cursul adolescenței 99
DAVID PAULEY

Corpul ca hartă și oglindă 103
Individuația: căutarea intimității și pericolele acesteia 107
„Eu" versus „noi": cultura ca mediator și cadru pentru adolescenți 113
Aspecte economice, intimitate și separare: adolescența ca exod ambivalent 121
Concluzii 128

Relația de prietenie, dispoziția prietenoasă și intimitatea 131
GURMEET KANWAL

Definiții 134
Dispoziția prietenoasă și teoria pulsiunilor 137
Înțelegerea prieteniei din perspectiva interpersonală a dezvoltării 146
Dispoziția prietenoasă și xenofobia 149
Note clinice / prietenia ca transfer 153
Concluzii 156

Intimitatea și alteritatea în cuplurile multiculturale / interrasiale / interreligioase 158
BARI SMELSON-KANWAL

Introducere 158
Statistici în schimbare 160
Dinamica alterității la cuplurile multiculturale 166

Patruzeci de nuanțe de gri în intimitatea iranienilor 186
SIAMAK MOVAHEDI

Intimitatea emoțională 193
Intimitatea sexuală 201
Intimitatea socială 207

Spațiul personal și intimitatea ca doi mediatori ai relaționării 211
SUZANNE BENSER

Perspective teoretice 212
O ilustrare clinică detaliată 216
Discuție 227
Concluzii 236

Tehnologia, intimitatea și simularea intimității 238
TODD ESSIG, DANIELLE MAGALDI ȘI LEORA TRUB

În trecut: o foarte scurtă istorie a relațiilor digitale 242
În prezent: relațiile digitale astăzi (cu aproximație) 245
Familia și relațiile de prietenie 246
Relațiile romantice și sexualitatea 252
Maturizarea și trezirea sexualității 256
Intimități clinice în timpul tratamentelor psihanalitice 259
În viitor: pregătiți sau nu, iată că vine și este deja aici 269

Intimitatea psihanalitică 273
CHRISTIE PLATT

Interpretările de dicționar ale intimității 275
Perspective istorice și teoretice 278

Momente clinice de intimitate 287
Concluzii 299

EPILOG 301

Multiplele forme ale intimității 303

LORI C. BOHM

Premisele dezvoltaționale ale intimității 310
Considerații interculturale 313
Noi direcții de explorare psihanalitică
a intimității 314
Intimitatea în relația terapeutică 316

Gânduri de încheiere 321

Referințe bibliografice 322

Despre coordonatori și autori 361

Pentru:

Bari
G.S.K.

Muge
S.A.

Mulțumiri

Opt distinși colegi și-au dedicat mult timp și efort scrierii unor lucrări originale, pentru a fi incluse în această carte. Au răspuns sugestiilor noastre editoriale cu deosebită grație și răbdare. Oliver Rathbone, Rod Tweedy și Cecily Blench de la Karnac Books au călăuzit acest proiect de-a lungul variilor etape ale publicării. Kate Pearce ne-a oferit o asistență editorială excelentă și plină de răbdare. Jan Wright, asistenta lui S.A., a pregătit manuscrisul acestei cărți cu sârguința și buna-dispoziție care o caracterizează. Tuturor celor menționați aici, cu adevărat, le adresăm sincere mulțumiri.

— Gurmeet Kanwal și Salman Akhtar

Introducere

Trăim vremuri marcate de schimbări revoluționare în ce privește comportamentele, principiile morale și concepțiile referitoare la cum este trăită și gestionată intimitatea în societatea noastră și în lume. În asemenea timpuri, este atât o provocare, cât și o necesitate ca noi toți să reluăm, să revedem și să ne reexaminăm ideile cu privire la intimitate. În cadrul acestei cărți, am încercat mai mult decât să includem concepțiile tradiționale, aplecându-ne și asupra unora dintre granițele și limitele domeniului intimității, precum intimitatea în cadrul dimensiunii digitale, intimitatea cu părți din noi înșine, intimitatea potențială cu animale de companie și entități divine, intimitatea din prietenie și din dispoziția prietenoasă, intimitatea din cadrul cuplurilor interculturale, precum și intimitatea în contextul culturii islamice din Iran. Un alt palier al structurării acestei cărți constă în abordarea din perspectiva dezvoltării. Începând cu un capitol de trecere în revistă a vastei întinderi a acestei teme și a istoriei sale în domeniul psihanalizei, plecăm apoi de la intimitatea în copilărie, pentru a ajunge la cea din adolescență, prietenie, viața de cuplu adultă și, în cele din urmă, la dimensiunile socioculturale și clinice.

Celebra formulă a lui Freud, „a iubi și a munci", pare să așeze intimitatea în centrul a ceea ce definim ca sănătate psihică. Acest fapt implică presupunerea că, prin intimitate, ne referim întotdeauna la deschidere, căldură, reciprocitate și încredere. Cu toate acestea, trebuie să avem în vedere faptul că legăturile dintre oameni pot adesea include elemente de ostilitate, neîncredere, abuz și ambivalență. Așa cum au evidențiat câțiva autori, nu putem de asemenea să uităm că intimitatea se referă în egală măsură la spațiul personal, precum și la relaționare. Totuși, dacă dorim să înțelegem ce îi face pe oameni să funcționeze într-o anumită manieră, nu putem ignora semnificația și puterea nevoii lor de a se conecta cu ceilalți. Atât de mult din arta noastră, din poezie, muzică, film, teatru și literatură își are rădăcinile în nevoia și curiozitatea noastră cu privire la experiențele de intimitate sau la pierderea acesteia. Atât de mult din munca noastră clinică, precum și din lucrurile de care ne apărăm este modelat de noțiunile noastre cu privire la intimitate. Congresul IPA din 2017, de la Buenos Aires, a fost organizat în mod întemeiat în jurul temei intimității. Prezentările congresului, publicate în *International Journal of Psychoanalysis* (2017, 98(6)) servesc drept resurse foarte importante pentru alte perspective variate și globale asupra acestui subiect.

Propunându-și o viziune cuprinzătoare, vastă și profundă, această carte dedicată intimității încearcă să își aducă cititorii la zi în privința unei teme întotdeauna de actualitate, dar în permanență dificil de definit.

PROLOG

Capitolul 1

Conceptul de intimitate

O expunere introductivă

Salman Akhtar

Menținându-mă în liniile impuse de tematica de față, voi începe prin actul intim de a vă povesti câteva lucruri despre tatăl meu, dispărut dintre noi, Jan Nisar Akhtar. Acesta a fost un poet renumit în limba urdu și un bine-cunoscut compozitor pentru Bollywood. Creațiile sale literare au fost extrem de numeroase, iar dexteritatea și rapiditatea cu care scria erau remarcabile. Era un bărbat timid, care putea fi fermecător de elocvent în prezența poeților mai tineri, deseori strânși în sufrageria sa. Părând puțin somnoros și absorbit în lumea sa interioară în timpul zilei, tata devenea charismatic în timpul recitărilor de poezie de după înserat. A scris multe poeme despre intimitate, dintre care voi cita aici numai două exemple de *sher* (cuplet). Iată-l pe primul.

Tu is qadar mujhe apne qareeb lagta hai
Tujhe alag se jo sochooN, ajeeb lagta hai.

Și pe cel de-al doilea.

Main teri zaat meiN gum ho saka na tu mujh meiN
Bahut qareeb huye, phir bhi faasla to raha.

Tradus literal, primul cuplet spune: „Am senzația că ești atât de aproape de mine, / încât pare foarte straniu să mi te imaginez ca o ființă separată", iar al doilea: „Nu m-aș putea pierde în ființa ta, cum n-ai putea nici tu / Chiar dacă ne-am apropiat foarte mult, o anume distanță a rămas".[1] Cele două cuplete (J.N. Akhtar, 1975, pp. 65, 84) surprind tensiunea dintre intimitate și spațiul personal, descriu natura iluzorie a uniunii emoționale și aruncă lumină asupra limitelor apropierii interpersonale. Lăsând la o parte echivocurile bazate pe cronologia reală, sofisticarea psihologică a unei asemenea idei poetice ne reamintește de maniera în care Freud a recunoscut cu modestie că „oriunde aș merge, descopăr că un poet a fost acolo înaintea mea" (citat din Nin, 1966, p. 14). Poetul știe că relația intimă și spațiul personal sunt gemeni siamezi într-ale subiectivității: în același timp separate și conectate.

Dar să nu mă grăbesc. Dați-mi voie să fac câțiva pași în spate și să încep prin a defini conceptul de intimitate. Odată ce această sarcină va fi fost îndeplinită, voi analiza în amănunt substraturile intimității din perspectiva dezvoltării, deraierile psihopatologice ale acesteia și variațiile sale fundamentate sociocultural. Apoi voi pune în discuție unele paliere neexplorate ale intimității, pentru a încheia ulterior cu implicațiile tehnice ale conceptului de intimitate.

---

1 O astfel de traducere literală a acestor cuplete are drept consecință pierderea regretabilă a frumuseții lor prozodice. Așadar, îmi cer iertare față de toți cei implicați aici — poetul, eu însumi, drept traducător amator, și cititorul — pentru această pierdere.

Definiție și descriere

Cuvântul englezesc „*intimacy*" are rădăcini în patru epoci ale limbii latine (Mish, 1998, p. 613). În latina veche, strămoșul său este *interus*, care înseamnă „lăuntric". În latina medie, originile pot fi trasate până la *intimus* sau „cel mai profund". Iar în latina târzie, descendența se trage din *intimatus*, care înseamnă „a pune înăuntru". Combinate, cele trei rădăcini etimologice se referă la interioritatea psihică, estomparea granițelor personale și apropierea de o altă ființă. Este de notat faptul că termenul din latina târzie *intimatus* mai semnifică și „a declara". Așadar, intimitatea dobândește nu doar sensul de a lăsa ca un lucru foarte personal din celălalt să fie pus înăuntrul sieși, ci și de a pune ceva foarte personal din sine în celălalt. Implică o îmbinare bine închegată a convexităților și concavităților psihice ale celor doi indivizi. Acest fapt necesită încredere reciprocă și absența rușinii între parteneri. Expresia lui Balint (2014), „amestec interpenetrant armonios", deși stângace și utilizată în mod specific în context clinic, surprinde esența definirii intimității.

În cadrul celorlalte dintre cele mai răspândite trei limbi din lume, anume spaniola, chineza și hindi, situația este aproximativ aceeași. Spaniolul *intimidad* este înrudit cu englezescul *intimacy*, dar este rareori utilizat în comunicarea orală. În chineză, expresia cea mai apropiată de termenul englez *intimacy* este *chin-mi kwan-si*. Se referă la apropierea romantică; în limba chineză, nu există o expresie corespondentă pentru intimitatea prietenească. În hindi, echivalentul intimității este *aatmiyeta*, care înseamnă „a-și aparține sieși" sau „propriu sieși"; implică faptul că un anumit grad de fuziune sine–celălalt constituie aspectul principal al intimității.

În cadrul literaturii psihanalitice, referirile la intimitate apar în genere în două contexte: cel al relațiilor romantice și cel al muncii clinice. Voi discuta despre cel de-al doilea în cadrul secțiunii tehnice a acestui capitol, iar aici mă voi concentra asupra intimității din iubire. Rarele remarci ale lui Freud cu privire la modul în care, în perioada de îndrăgostire, Eul se abandonează în fața unui obiect idealizat (1917b), plasează un astfel de obiect în poziția unui Ideal al Eului (1921) și devine el însuși întru totul lipsit de apărare (1930) anticipează cu multă vreme înainte afirmația lui Paris (1985), conform căreia „atunci când ne îndrăgostim, are loc o pierdere a granițelor Eului, uneori frizând desfătarea extatică. Ne uităm în ochii persoanei preaiubite și credem că nimic nu ne separă" (p. 505). Paris este însă îndeajuns de înțelept încât să adauge „faptul că aceasta este o iluzie, întrucât multe paliere ale sinelui nostru sunt inaccesibile" (p. 505).

Cu toate acestea, „plăcerile autodezvăluirii, ale mărturisirilor reciproce și ale sentimentului de a deține un secret împreună" (Brody, 1978, p. 527) alcătuiesc elemente centrale ale intimității. Într-adevăr, Rubin (1989) subliniază latura „pozitivă" a acestei tensiuni dintre intimitate și spațiul personal. Acesta afirmă că intimitatea implică „încredere, tandrețe, afecțiune, schimbul de sentimente, cooperare, bucuria adusă de realizarea de sine a celuilalt și satisfacție" (p. 1). Conform lui Rubin, relaționarea cooperantă și „apropierea benevolentă" (p. 2) sunt centrale în experiența intimității. Menționarea „apropierii" aduce în discuție interesantul punct de vedere al lui Burch (2004), conform căruia apropierea și intimitatea sunt plasate într-un continuum. Autorul consideră că apropierea este situată în viața conștientă, în timp ce intimitatea se naște din inconștient. Apropierea nu exclude intimitatea, dar nici nu o include în mod necesar. Proximitatea fizică și frecvența contactului pot conduce la „apropiere", dar

nu neapărat la „intimitate".[2] Mai mult decât atât, implicarea intensă într-o relație cu cineva poate exista și în absența apropierii, de pildă în stările de furie (Schimel, 1987). Situațiile în care oamenii împărtășesc frica (de ex., dezastrele) și entuziasmul (de ex., meciurile de fotbal) pot conduce la apropierea de ceilalți, în lipsa unei intimități propriu-zise. Poate că apropierea se referă la experiențele de împărtășire a unor interese, în timp ce intimitatea implică un nivel mult mai înalt de încredere și o dezgolire psihică mult mai difuză și mai cuprinzătoare din partea celor doi implicați.

Lăsând la o parte astfel de speculații, mă întorc la Burch și observ că acesta acordă un rol principal experienței de „tandrețe" în contextul intimității. Îl citează pe Thorne (1991), care afirma următoarele: „Atunci când tandrețea este prezentă într-o relație, cred că există posibilitatea de a atinge sentimentul de întregire și de a accepta paradoxul eliberator" (p. 27). A te dărui cuiva nu mai lasă nimic de dorit, iar primirea cuiva înăuntru în

[2] O întrebare conexă în timpurile noastre este dacă intimitatea — romantică sau prietenească — se poate dezvolta și menține prin intermediul unor sisteme de comunicare digitală, precum Skype, Face-Time și aplicațiile de mesagerie în timp real. Reacția automată de scepticism cu privire la astfel de relații devine cu rapiditate una învechită. Oamenii susțin o multitudine de dialoguri semnificative, folosindu-se de social-media: dialoguri profesionale, familiale, romantice, erotice, de hărțuire și din categoria perversității sexuale. Unele dintre aceste contacte se califică într-adevăr ca fiind „intime". Idealizarea părtinitoare psihanalitică a contactului personal poate fi dificil de justificat atunci când descoperim că unii dintre colegii noștri bine intenționați și respectați în domeniu conduc tratamente analitice cu pacienți din alte țări sau continente. Să respingem ideea că aceștia sunt implicați într-un discurs intim înseamnă să ne asumăm o poziție din ce în ce mai greu de apărat în lumea contemporană, deși, așa cum argumentează autorii din Capitolul 8, se prea poate să existe elemente care se pierd în traducerea digitală.

totalitate îi permite acestuia să fie el însuși cu adevărat.[3] Deși nu sunt menționate nici de Thorne, nici de Burch, scrierile regretatului Veikko Tähkä (1993), un preeminent psihanalist finlandez, sunt remarcabile în această privință. Tähkä a descris tandrețea ca fiind un afect care se naște din

> *împărtășirea empatică a plăcerii obiectului și cedarea ulterioară a plăcerii către acest obiect. Într-o relație plină de iubire, această lăsare a obiectului să păstreze plăcerea pentru sine este urmată de o a doua re-plăcere a subiectului, provocată de sentimentul persoanei iubite și de conștiința faptului de a fi contribuit la acesta.*
>
> *(p. 244)*

Calitatea maternă a acestei experiențe aduce în discuție noțiunea transcenderii genului în contextul intimității. Brody (1978) subliniază faptul că „este posibil ca adevărata intimitate să necesite abandonarea unor aspecte convenționale cu privire la identitatea de gen" (p. 521), confirmând spusele anterioare ale lui Binstock (1973), conform căruia „starea de a fi îndrăgostit completează identitatea îndrăgostitului, ca parte dintr-o dualitate masculin–feminin" (p. 104). Și este adevărat că identificarea cu excitația partenerului din timpul raportului sexual face posibilă derivarea plăcerii din dorința erotică a acestuia. Kernberg (1995) notează că, în astfel de circumstanțe, există un sentiment de

---

[3] Acest subiect este tratat și de teoria lui Kafka (1989) cu privire la „paradoxul primar al individuației". Conform acestuia, simbioza sănătoasă mamă–copil îi permite copilului să crească și să se îndepărteze de mama sa. Într-un asemenea cadru, „iubirea și acceptarea reciprocă a aspectului de separare devin, în mod subiectiv, echivalente" (p. 33).

a deveni ambele genuri în același timp, de depășire a barierei, de netrecut în mod normal, ce separă sexele, adică un sentiment al completării și bucuriei de a penetra și de a cuprinde, dar și al faptului de a fi penetrat și de cuprindere a intruziunii sexuale. În acest sens, o deplasare simbolică a tuturor părților „penetrante" ale anatomiei și ale tuturor deschiderilor de „cuprindere" sau „penetrabile" semnalizează condensarea erotismului din toate zonele [...] și, ca rezultat, confluența succesivă a fantasmelor și experiențelor ce reflectă întreaga suprafață a corpurilor ambilor participanți în activitatea sau contactul sexual. [...] identificarea inconștientă cu ambele genuri elimină nevoia de a invidia celălalt gen și, rămânând el însuși, dar devenind în același timp și celălalt, se ajunge la sentimentul unei transcendențe intersubiective.

(pp. 53–54)

Deși pronunțată pe durata raportului sexual propriu-zis, înscrierea în roluri considerate în genere ca fiind cele adecvate pentru fiecare sex în parte devine mai laxă în cadrul majorității stărilor de intimitate parcurse de cuplul aflat într-o relație romantică. Acest fapt este mai „vizibil" printre cuplurile heterosexuale, dar nu este mai puțin valabil în ce privește diadele homosexuale, deși trecerea intrapsihică între genuri este mai stratificată și mai nuanțată în acest caz.

În linii mari, experiența intimității romantice implică următoarele opt caracteristici: (i) apropierea fizică și emoțională; (ii) încrederea în bunătatea fundamentală a partenerului; (iii) relaxarea granițelor personale; (iv) depășirea sentimentului de rușine cu privire la propriile cusururi, reale sau imaginare, precum și depășirea cu blândețe a tendințelor la rușine ale partenerului; (v) împărtășirea gândurilor, fanteziilor, sentimentelor și așteptărilor personale; (vi) imersiunea empatică în subiectivitatea celuilalt; (vii) tandrețea, anume bucuria provocată de autorealizarea celuilalt și de facilitarea acesteia;

și (viii) oscilarea și transcenderea parțială a granițelor de gen. În contextele nonromantice, precum cel al prieteniei, intimitatea urmează același tipar, deși elementul erotic nu este inclus (ori este „cu scop inhibat")[4] și există o necesitate mai redusă a transcenderii de gen. În vreme ce sexul dizolvă granițele de gen, prieteniile le consolidează. Acest aspect este valabil atât în cazul prieteniilor între persoane de același sex, cât și în cazul prietenilor între sexe diferite.

Substraturile de dezvoltare

Deși pare adevărată afirmația lui Erikson (1968) că „numai atunci când formarea identitară este bine stabilizată este posibilă intimitatea autentică și care constituie atât un contrapunct, cât și o fuziune a identităților" (p. 135), este de asemenea un adevăr că fundația capacității de atingere a intimității se construiește în cele mai timpurii stadii ale copilăriei mici și ale anilor ulteriori ai copilăriei. Componentele intimității, în mod deosebit cele subsumate „curentului tandru" (Freud, 1910) al iubirii, includ încredere, grijă, flexibilitatea granițelor personale, reciprocitate, absența rușinii, împărtășirea de experiențe și tandrețe. Toate acestea își au originile în relația timpurie

[4] Un exemplu impresionant de intimitate prietenească mi-a fost relatat recent de una dintre terapeutele pe care le supervizez. O prietenă apropiată o invitase pe această terapeută (care era și medic psihiatru) să fie prezentă în sala de nașteri cu ocazia nașterii primului ei copil. Soțul prietenei era și el prezent, dar, întrucât nici acesta și nici prietena nu aveau cunoștințe medicale, invitația adusă unui medic s-a dovedit a fi o raționalizare sănătoasă a unui lucru care se poate ca, în profunzimile sale, să fi purtat complexe motivații emoționale. Pe de altă parte, se poate ca acest gest să fi constituit pur și simplu o dovadă a intimității prietenești (Ariela Green, comunicare personală, 21 decembrie 2017).

dintre mamă și copil și înspre aceasta trebuie să privim în acest punct.

Prin diferite metafore și concepte, toți teoreticienii importanți ai dezvoltării timpurii subliniază că o legătură confortabilă între bebeluș și mamă reprezintă baza stabilității psihice, a sentimentului de siguranță și a celui de încredere. Concepte precum „dependența absolută" (Fairbairn, 1952), „legătura primară de atașament" (Bowlby, 1969), starea de „iluzionare" (Winnicott, 1960b) și „unitatea duală" (Mahler, Pine și Bergman, 1965), toate indică faptul că disponibilitatea îngrijirii materne stabile conduce copilul înspre dezvoltarea încrederii în propriile-i capacități și construirea unei perspective favorabile asupra lumii în ansamblul ei. Noțiunile de „așteptare încrezătoare" și „încredere de bază" ale lui Benedek (1938) și, respectiv, Erikson (1950) se referă tocmai la acest fapt.

Însoțit de o asemenea încredere în sine și de o perspectivă pozitivă asupra lumii, copilul în creștere devine capabil de a explora realitatea externă; accesul neîntrerupt la obiectul primar pentru „reîncărcare emoțională" (Furer, citat în Mahler et al., 1975, p. 69) ajută la susținerea stării necesare de „a fi noi" (Bergman, 1980, 1999) pe parcursul afirmărilor lui „a fi eu". Până la momentul la care copilul să fi realizat constanța sinelui și constanța obiectului, el poate amâna gratificarea, se poate consola prin puneri în act fantasmate și poate găsi plăcere în jocul de rol. Fuzionarea reprezentărilor de obiect bun și de obiect rău îi sporește capacitatea de a face față sentimentelor simultane de iubire și furie față de sine și față de ceilalți (Kernberg, 1975). Până la vârsta de aproximativ trei ani, copilul normal poate merge la grădiniță, demonstrând astfel că este capabil să accepte un substitut matern. Dialogul său cu mama internalizată face posibilă resimțirea de către acesta a unui minimum de intimitate cu educatoarea de la grădiniță (Kramer, 1996). Mai târziu, în perioada

oedipiană, apar curiozitățile sexuale, iar natura intimității parentale devine o preocupare extrem de importantă pentru copil. El încearcă să înțeleagă aspecte sexuale și, până într-o anumită măsură, reușește, dar multe lucruri încă rămân un mister. Apoi se instalează refularea, care conduce la compartimentarea psihicului, stratificarea sinelui și la inhibarea scopului dorințelor erotice tipice acestei etape de dezvoltare (Freud, 1924).

Pe parcursul etapei ulterioare, cea de latență (între șase și aproximativ doisprezece ani), relațiile cu profesorii de la școală și colegii de același sex extind spectrul emoțional al copilului. Prieteniile din perioada de latență și, mai târziu, cele din adolescență permit împărtășirea de ambiții secrete și de curiozități sexuale. Astfel de relații sunt caracterizate de un nivel înalt de intimitate, întrucât acestea abundă în exclusivitate, reciprocitate și tandrețe. Debutul adolescenței împinge în mod special tânăra persoană înspre căutarea intimității, de această dată cu un partener romantic și sexual. Iubirea și sexul, care până acum au existat separat, ajung în acest punct să se îmbine. Renunțarea contrafobică la identificarea cu părinții (Blos, 1967; Tyson și Tyson, 1990) și „hiperintimitatea" cu covârstnicii în serviciul consolidării identității se finalizează treptat, în timp ce devine vizibilă o întoarcere la convenționalism. Aceasta marchează începutul vieții de tânăr adult. Părinții sunt încă iubiți, la fel sunt și prietenii, dar confidențele mai profunde sunt acum făcute numai partenerului romantic (homosexual sau heterosexual, în cadrul sau în afara unei căsnicii). Transformarea în părinte și creșterea copiilor deschid noi orizonturi ale intimității cu partenerul. Mai târziu, acumularea de amintiri comune oferă posibilitatea intimității unei nostalgii comune. În ultima etapă a vieții, adaptările la schimbările funcționării biologice conduc cuplul înspre căutarea unor noi moduri de a susține intimitatea romantică

(Kaplan, 1990). Cu siguranță, pe parcursul întregii vieți, starea psihică de bine

> *include ideea unei vieți vibrante și a magiei intimității. Toate acestea merg împreună și contribuie la un sentiment de real și de a fi, precum și la un cerc al hrănirii realității psihice personale din experiențe, îmbogățind-o și extinzând-o. Rezultatul este că lumea internă a persoanei sănătoase este conectată la lumea externă sau reală, fiind în același timp privată și capabilă de un sentiment de viață proprie. [...] fiecare persoană are un sine cuviincios și socializat, dar și un sine privat, personal, care nu este accesibil decât în intimitate.*
>
> *(Winnicott, 1984, pp. 31, 66)*

La această trecere în revistă relativ „conservatoare" a literaturii dedicate perspectivei axate pe dezvoltare trebuie adăugate câteva contribuții semnificative mai noi. Următoarele șase merită în mod cert să fie incluse aici, deși în acest domeniu există mult mai multe scrieri decât aș putea acoperi. Le voi rezuma în ordinea cronologică a apariției lor.

Levenson (1984) a propus că atitudinile diferite ale mamei față de copil, în funcție de sexul acestuia, contribuie la diferențele dintre variatele lui tipare de apropiere și distanțare față de ea: „În vreme ce băiatul poate face distincția din prisma diferenței de sex, fetița trebuie să facă acest efort prin prisma diferenței de generație" (p. 351). Pe măsură ce ea crește, granițele rămân mai laxe pentru aceasta din urmă. Drept consecință, „la momentul căsătoriei — diada intimă adultă — problematica de bază a unui bărbat este cum să fie intim și să *rămână* autonom; problematica femeii este cum să fie intimă și să *devină* autonomă" (p. 533, italice în original).

Horner (1986) a dedicat o monografie tensiunii dintre căutarea intimității și dorința de menținere a independenței

și a autenticității. Autoarea a trasat originile capacității sănătoase de a atinge un echilibru între aceste polarități în îmbinarea activităților de susținere ale mamei, pe de o parte, și a funcțiilor sale de sprijinire ale individuației, pe de o alta.

Stern (2019), în apreciata sa carte, *Lumea interpersonală a copilului*, a subliniat sincronismul interacțiunilor dintre mamă și bebelușul ei *și* bucuria provocată mamei de plăcerea resimțită de bebeluș în propria-i eficiență, ca reprezentând elementele de bază ale construirii sentimentelor de reciprocitate și intimitate ale bebelușului. Stern a descris inițial patru stadii ale sinelui în dezvoltare: emergent, central (nuclear), subiectiv și verbal. Numai în cel de-al treilea stadiu (care se dezvoltă în jurul vârstei de opt luni) devine posibil un schimb intersubiectiv autentic cu mama. Acesta este momentul în care se creează capacitatea de intimitate. Revizuindu-și cartea cu treisprezece ani mai târziu, Stern a adăugat conceptul de „sine narativ", care-i urmează „sinelui verbal". Această constelație dă naștere primelor povești adevărate sau false dezvoltate despre sine însuși; ele pot include fapte adevărate și fictive despre capacitatea sau incapacitatea de intimitate cu ceilalți.

Ehrlich (1998) a descris două modalități experiențiale, aceea de „a fi" și aceea de „a face". Este necesară prezența amândurora pentru consolidarea identității și pentru o funcționare sănătoasă a sinelui. Ehrlich a continuat prin a spune:

> *O stabilizare a intimității bazată numai pe modalitatea lui* a face *va constitui cel mult un tablou de dominare a pulsiunilor și nu va depăși niciodată problematica erotică cu privire la cine îi face ce și cui. Pe de altă parte, intimitatea care se sedimentează exclusiv pornind de la modalitatea lui* a fi *se va regăsi în stările de uniune profund spirituale, asemenea celor caracteristice experiențelor intens religioase și mistice. De una singură, nici*

măcar minim aliată cu ceea ce-i poate furniza modalitatea lui a face, *aceasta nu poate oferi o alternativă la întâlnirea necesară dintre membrii sexelor opuse, a căror uniune mentală, spirituală, fizică și instinctuală conduce la interfertilizare, apariția copiilor și formarea familiei.*

(p. 157, subl. aut.)

Alperin (2001) a subliniat faptul că nevoia de intimitate este înnăscută și își extrage puterea din acordajul empatic dintre bebeluș și mama sa. Dorința adultă de intimitate reflectă o năzuință de întoarcere la acest stadiu timpuriu și de „anulare a separării primordiale de mamă" (p. 140). Alperin a inclus următoarele, drept obstacole întâlnite de intimitate pe parcursul vieții adulte: „individualismul alienant" (Rotenberg, 1977) al societăților capitaliste, frica de dizolvare psihică în cursul apropierii, ostilitatea paranoidă și anxietățile incestuoase.

Orbach (2007) s-a concentrat asupra acestei ultime chestiuni și a explorat-o în contextul cuplurilor romantice. Autoarea a observat că, într-un asemenea cadru, se află la lucru trei scheme de atașament diferite: aceea a fiecărui individ în parte și aceea a entității înseși. Cea care contează în cele din urmă este ultima dintre acestea. Ajutorul oferit ridicării acesteia mai presus de tiparele individuale de atașament și protejarea spațiului pe care îl pune la dispoziție sub forma „atașamentului separat" și a „autonomiei conectate" fac posibilă refacerea și/sau susținerea intimității sexuale între parteneri.

În încheiere, aș dori să adaug o idee personală în acest cadru axat pe dezvoltare. Aceasta se bazează pe existența unei oarecare diferențe între tipul de intimitate dintre un copil și mama sa și cel dintre acesta și tatăl său. „Intimitatea maternă" este atotcuprinzătoare, nu neapărat verbală și furnizează hrană psihică și susținere. „Intimitatea paternă" este centrată, didactică și direcționată înspre

realitatea externă.[5] Suprapuse acestora se află și diferitele tipuri de intimități cu părintele de același sex și cu cel de sex opus. În cazul fetiței, „intimitatea maternă" și „intimitatea cu părintele de același sex" sunt în armonie; acest fapt nu doar adâncește capacitatea sa pentru intimitate, ci și sporește teama de autonomie. În cazul băiatului, „intimitatea maternă" și „intimitatea cu părintele de același sex" implică două figuri diferite; acest lucru diminuează capacitatea de intimitate, dar augmentează frica regresivă de fuziune. Voi reveni asupra manierei în care aceste două forme de relaționare acționează la unison în cadrul secțiunii tehnice a acestei lucrări. Înainte însă de a pune în discuție astfel de chestiuni tehnice, este necesar să aruncăm o privire asupra scenariilor în care ceva nu a funcționat bine și unde capacitatea de intimitate este sever compromisă.

Psihopatologie

Asemenea tuturor trăsăturilor de caracter, capacitatea de a susține o relație intimă poate fi deturnată de cursul dezvoltării personalității, de traumele psihice și de vicisitudinile nefericite ale vieții adulte. Astfel, pot emerge forme morbide de intimitate. Acestea includ: (i) intimitatea eșuată, (ii) intimitatea floridă, (iii) intimitatea fluctuantă și (iv) intimitatea falsă. În cele ce urmează, ofer scurte comentarii cu privire la fiecare dintre acestea.

---

[5] Propunerea mea conține un ecou al conceptelor lui Herzog (1984) de acordaj homeostatic și acordaj disruptiv, anume furnizarea maternă de validitate și armonie și direcționarea paternă înspre autodezvoltare.

Nu toți oamenii sunt capabili de a dezvolta și a susține relații intime cu alții. Eforturile acestora de a atinge intimitatea eșuează din cauza unor varii deficite și impedimente interne de natură defensivă. În general, în asemenea circumstanțe, sunt evidente patru niveluri de psihopatologie. *Primul nivel* aparține de anxietățile schizoide cu privire la apropierea emoțională de o altă persoană. Copil fiind, schizoidul s-a simțit cronic neiubit și nevăzut în veridicitatea sa psihică de către părinți (Ferenczi, 1929; Fairbarn, 1952). Încercările sale de joacă și de iubire erau tratate de către aceștia drept intruziuni. Ca adult, îi este groază să-și exprime sentimentele de afecțiune și de nevoie de afecțiune față de ceilalți, de teamă ca acestea să nu fie respinse încă o dată. Relaționează cu ceilalți prin intermediul intelectului și al rațiunii, în acest proces devenind didactic și moralizator. Ceilalți nu-l înțeleg, nu pot relaționa cu distanța pe care o impune și, uneori, se simt intimidați de acesta. În consecință, individul schizoid se găsește lipsit de relații de prietenie. În viața sa există doar foarte puțină intimitate autentică sau deloc, întrucât pe acesta îl îngrozesc (și, folosindu-se de raționalizări, ridiculizează) imprevizibilitatea și dezordinea obișnuită a relațiilor omenești.

Al doilea nivel de intimitate eșuată este cauzată de fricile paranoide. Până la urmă, apropierea emoțională de ceilalți necesită ca individul să aibă încredere în cealaltă persoană și să se simtă în siguranță cu aceasta, într-o manieră relaxată și în care există disponibilitate pentru autodezvăluire. Acest fapt este dificil pentru indivizii care se percep pe sine drept obiecte ale ostilității, interferențelor și opresiunii din partea celorlalți. Aceste persoane sunt suspicioase și se simt tratate nedrept de către ceilalți. Ca rezultat, își construiesc ziduri defensive de vigilență și rigiditate

lipsită de umor. Ca trăsătură de caracter, neîncrederea devine o extraordinară barieră față de intimitate, atât în sfera socială a vieții, cât și în cea romantică (vezi Akhtar, 2016, pentru mai multe detalii).

Al treilea nivel de empatie deficitară implică trăsături de caracter narcisice. Teoria freudiană (1914) a „tubului în U" cu privire la relația dintre iubirea de sine și iubirea de obiect încă stă în picioare: cu cât se iubește mai mult individul pe sine, cu atât mai puțin îi poate iubi pe alții. Cu toate acestea, au început să fie recunoscute mai multe nuanțe ale acestui principiu (Kohut, 1971, 1977; Kernberg, 1975, 1984; Akhtar, 1992a, 2009b; Bach, 1977). S-a observat că individul narcisic este în permanență preocupat cu a-și lustrui imaginea pe care o prezintă celorlalți, iar această preocupare nu lasă spațiu pentru energia psihică necesară în a-i asculta pe ceilalți. El nu poate surprinde profunzimea psihică a celorlalți. Și, dacă se prezintă ca strălucitor, perfect și mai presus de orice critică, atunci ceilalți nu se pot ridica la înălțimea sinelui său intern. În orice caz, poarta către intimitate rămâne încuiată. Mai mult decât atât, să-i lase pe ceilalți să-l cunoască necesită acceptarea sinelui său total și doar a punctelor sale forte. Cu alte cuvinte, interacțiunea autentică și profundă cu ceilalți presupune o oarecare modestie[6], iar narcisicul este incapabil de a avea o atitudine umilă. Pentru a complica lucrurile chiar mai mult, a-i cunoaște pe deplin pe ceilalți implică dublul risc de a le întâlni atât cusururile, cât și punctele forte. Primele dintre acestea implică abținerea de la critică, iar cele din urmă necesită tolerarea invidiei. Ambele sarcini sunt dificile pentru narcisic, astfel că acesta evită intimitatea cu ceilalți. O altă dificultate survine din profundul atașament intern al narcisicului

[6] Am elaborat în altă parte (Akhtar, 2018) conceptul de modestie într-o manieră cât se poate de detaliată.

față de „un obiect ideal față de care individul nu ar simți niciodată agresivitate și din partea căruia nu ar trebui vreodată tolerate acțiuni agresive" (Richards & Spira, p. 357). Acest fapt îl condamnă pe narcisic la o căutare nesfârșită sau de-o viață a acestui obiect perfect. Între timp, capacitatea de relaționare semnificativă cu obiecte imperfecte și „obișnuite" este grav compromisă.

În cele din urmă, *al patrulea nivel* în atingerea intimității există în contextul unui nivel nevrotic sau „mai înalt de organizare a personalității" (Kernberg, 1970). Problemele de acest tip sunt în genere mai scăzute ca intensitate, adesea egodistonice și limitate în termenii spectrului relațional. În cea mai mare parte, implică palierul sexual și se manifestă ca inhibiții ale sexualității pregenitale, în special în timpul preludiului. Capabili de legături de încredere, profunde și susținute, pe bază selectivă, indivizii cu restricții nevrotice ale intimității pot dezvolta o sexualitate restrictivă și o viață socială neincitantă, impregnată cu „xenofobie nementalizată" (Akhtar, 2007).

Indiferent de nivelurile de psihopatologie evidențiate mai sus, o apărare comună față de intimitate rezidă în „promovarea" absenței acesteia ca un garant al libertății, asupra căreia se insistă cu mândrie.

Individul nu resimte amenințarea intimității, ci faptul că are nevoie de spațiu, că nu poate tolera constrângerea, că iubește libertatea, că nu este încă pregătit ș.a.m.d. În cea mai simplă formulare a sa, ținta este libertatea și evitarea oricărui lucru care ar compromite-o. Angajamentul, chiar și ideea de angajament, amenință acea țintă. Pentru a menține libertatea, afectele și asocierile care i se opun sunt cenzurate intern, prin intermediul apărărilor psihice. Așadar, persoanele căutătoare de libertate, în cazuri extreme, trebuie să evite să-și dorească ceva sau să se atașeze de cineva. Intimitatea cu altcineva și atașamentul față

de cineva mobilizează anxietatea, care este atenuată prin negare, detașare, dispreț, raționalizare și sabotarea încrederii.

(Ingram, 1986, p. 77)

În contrast cu acest spectru al psihopatologiei care conduce înspre o intimitate deficientă sau eșuată, există situații și personalități care facilitează dezvoltarea „hiper-intimității".

Intimitatea floridă

Utilizând termenul „florid" în sensul de a fi extravagant și bombastic, aș dori să descriu personalități și situații în care predomină un anumit tip de bonomie prefabricată și unde intimitatea se dezvoltă destul de rapid între străini sau aproape străini. Am în minte cinci scenarii.

- O persoană mai în vârstă, prosperă și cu multe resurse, dar profund traumatizată întâlnește o persoană mai tânără și compromisă financiar, cu un istoric traumatic similar. Prima dintre acestea resimte o empatie peste limitele firescului față de cea din urmă; vrea s-o „salveze" pe cea mai năpăstuită din acest duo. Cele două persoane dezvoltă o legătură de intimitate rapidă și strânsă.
- Un poet imigrant singuratic, care trăiește pe meleaguri în care aproape nimeni nu-i cunoaște limba, află că un alt poet care scrie în limba sa face o vizită în împrejurimi. Se întâlnesc. Se înfiripă o conversație lungă și intimă. Prin ceea ce Kretschmer (1925) a numit „un autism extins printre oamenii cu convingeri similare" (p. 162), cei doi devin prieteni foarte apropiați și continuă să comunice multă vreme după ce poetul aflat în vizită revine în locurile de baștină.
- În sufrageria unui star de cinema de la Bollywood, tineri aspiranți spun tot ce-au pe suflet și, la cel mai

mic semn din partea idolului de matineu, își dezvăluie cele mai adânci secrete. Starul nu este mișcat înspre a face dezvăluiri reciproce, dar un coleg, „artist minor", de asemenea prezent (un „figurant", în vechea terminologie a industriei de film), se îndrăgostește și își împărtășește gândurile intime, cu o dorință fervență de apropiere.

- Un bărbat și o femeie perverși sexual, cu consimțământ reciproc și aflându-se la un nivel regresiv de exact aceeași adâncime, decid să-și consume unul altuia fecalele. Consideră că această stare extatică de poluare a eului constituie dovada profundei intimități dintre ei.
- În contrast cu această ilustrare grotescă, avem următorul pasaj elegant, care descrie dezvoltarea instantanee a intimității între doi străini sadomasochiști. „Ochii larg deschiși conțin o nuanță de reproș. Privirea ei intensă mă pătrunde adânc. Joacă rolul unei femei decăzute, victima unei nevoi de iubire care o conduce iar și iar înspre bărbați ticăloși, care o folosesc și-apoi o părăsesc. Este prizoniera vulnerabilității ei, a masochismului ei ascuns, iar eu sunt prizonierul sadismului meu secret. Deasupra acelei învolburări, privirile ni se întâlnesc, ne recunoaștem. Suntem o pereche." (Wheelis, 1994, p. 86)

Ceea ce au în comun toate aceste ilustrări este o triadă alcătuită din (i) extraordinara porozitate a granițelor sinelui, (ii) o nefirească reciprocitate a „limbilor vorbite" de cei implicați și (iii) o rapiditate cu care are loc angajamentul emoțional între aceștia. Variabile situaționale (de ex., imigrarea, „drama" bollywoodiană), estetice (de ex., poezia, alte interese comune) și caracterologice (de ex., perversiunea, tendințele hipomaniacale), toate contribuie la dezvoltarea „intimității floride". Dați-mi voie să mă grăbesc să adaug că dezvoltarea rapidă a intimității

nu trebuie automat devalorizată. Cu certitudine, nu toate situațiile de acest gen au finaluri fericite[7] și multe dintre ele se dizolvă cu viteza cu care s-au dezvoltat. Cu toate acestea, unele dintre ele pot da naștere unor prietenii de lungă durată. Eu însumi îmi amintesc cu drag de prima conversație avută vreodată cu psihanalistul sud-african, practician în Londra, Julian Stern, care a durat unsprezece ore și a avut drept rezultat o prietenie profundă și reciproc satisfăcătoare, neîntreruptă timp de 25 de ani.

Intimitatea fluctuantă

Constituind aparent o coexistență a intimităților „eșuată" și „floridă", sindromul de „intimitate fluctuantă" derivă de obicei dintr-un amestec echipotent de foame de obiect și anxietăți de fuziune (Guntrip, 1969; Mahler et. al., 1975). Foamea de obiect împinge înspre apropiere și dăruirea „sută la sută" pentru ceilalți, în speranța de a le deveni indispensabil. Anxietățile de fuziune stârnesc teama de pierdere a întregii autonomii și de a fi înrobit. Propria foame de obiect este proiectată asupra obiectului, conducând la fantasme de a fi canibalizat. Drept rezultat, asemenea indivizi (deseori denumiți „borderline") se retrag din apropiere. Dar acest fapt îi expune la durerea unei singurătăți absolute și a unei lipse a sentimentului de apartenență. Dorind să evite această groază din urmă, se reîntorc la obiect, doar pentru a deveni din nou anxioși. Asemenea porcilor-spinoși ai lui Schopenhauer (1851), partenerii prinși într-o astfel de matriță relațională fluctuează între intimitate și distanță, încredere și neîncredere, trădare și mărturisire, separare și fuziune. Nu pot

[7] Lui Freud și Jung, care au relatat cum au vorbit fără întrerupere timp de treisprezece ore la prima lor întâlnire (Gay, 2012), din nefericire nu le-a mers atât de bine pe termen lung.

trăi liniștit împreună, dar nici nu pot rezista unul fără celălalt. Pentru asemenea indivizi, implicarea emoțională dă naștere unei „dileme nevoie–teamă" caracteristice (Burnham, Gladstone & Gibson, 1969): a fi intim înseamnă a risca înghițirea, iar a fi separat înseamnă a risca singurătatea. Deloc surprinzător, acești indivizi continuă să plece și să revină, rămânând neconsolați la oricare dintre capetele spectrului intimitate–separare (Gunderson, 1985; Melges & Swartz, 1989; Akhtar, 1990). Faptul că asemenea oscilații ale „distanței optime" (Akhtar, 1992b) le perturbă relațiile este în afara îndoielii. Ce rămâne însă sub semnul îndoielii este dacă apropierii dintre aceștia și cei pe care-i iubesc i se poate acorda titlul de intimitate autentică. Incapacitatea lor de a-i accepta pe ceilalți întru totul, de a metaboliza agresivitatea și de a-și stăpâni fricile de fuziune care însoțesc contactul apropiat îi împiedică să perceapă cu claritate subiectivitatea celorlalți. „Intimitatea" lor nu este doar tranzitorie, ci și superficială.

Intimitatea falsă

De vreme ce intimitatea, prin definiție, înseamnă integritate psihică, transparență interacțională, veridicitate emoțională și încredere reciprocă, orice distanțare de aceste componente contaminează experiența. Indivizii care nu au atins nivelul de constanță a sinelui și constanță a obiectului (Mahler et al., 1975) și cărora le lipsește capacitatea de relaționare cu „obiecte întregi" (Klein, 1935) nu pot realiza decât cópii palide ale intimității; aceștia relaționează din părți ale sinelui cu părți din alții.

Cu toate acestea, un asemenea eșec dezvoltațional nu constituie originea principală a intimității false. Introducerea forțată a unui obiect parțial sau a unui accesoriu lubrifiant al dorinței în intimitatea romantică este ceea ce o transformă într-una falsă. Descrierea de către Freud

(1927e) a fetișismului — în cazul căruia interpunerea unui obiect inanimat (de ex., pantof, cercei, dres) sau a unei părți a corpului (de ex., picior, șuviță de păr) devine necesară unui bărbat pentru realizarea unirii sexuale cu o femeie — reprezintă prototipul falsei intimități. Khan (1979) a extins această temă și a declarat că „perversul pune un *obiect impersonal* între dorință și complicele său; acest obiect poate fi o fantasmă stereotipă, un dispozitiv tehnic sau o imagine pornografică. Toate cele trei îl alienează pe pervers de el însuși, ca și, iată, de obiectul dorinței sale" (p. 9). Detaliind mai departe „tehnica de relaționare intimă" specifică perversului (p. 20), Khan a notat că o astfel de persoană este incapabilă de a relaționa cu un obiect cu adevărat separat. Pentru acesta, obiectul ocupă o poziție intermediară: nu întru totul subiectiv și totuși tratat ca fiind creat în mod subiectiv. Printr-o asemenea strategie a intimității, el „încearcă să *își facă cunoscut* sieși și să *anunțe și să imprime în* celălalt ceva care aparține de cea mai profundă natură a sa, precum și să-și descarce tensiunea instinctuală într-o manieră compulsivă și urgentă" (p. 22, subl. aut.). Consecințele relaționale și nuanța paradoxală a unei astfel de apropieri gonflate sunt rezumate prin următorul fragment elocvent din scrierea lui Khan.

> *Capacitatea de a crea climatul emoțional în care o altă persoană să participe în mod voluntar este unul dintre puținele talente reale ale perversului. Această invitație la a se preda logicii specifice intimității corporale a perversului cere din partea obiectului o suspendare a discriminării și a rezistenței la toate nivelurile vinovăției, rușinii și diferențierii. Este oferită o situație închipuită în care doi indivizi renunță temporar la granițele și identitățile lor separate și încearcă să creeze o intimitate corporală de maximă intensitate, de natură orgastică. Există totuși întotdeauna o condiție. Perversul însuși nu se poate abandona trăirilor sale, iar Eul său menține un control manipulator, disociat*

și clivat al situației. Acest fapt constituie atât împlinirea, cât și eșecul său în situația intimă.

(p. 22)

O descriere mai recentă a unei astfel de pseudointimități se găsește în clarificarea făcută de Celenza (2015) cu privire la faptul că în perversiunile înfăptuite atât de bărbați, cât și de femei dinamica dominantă implică obiectificarea corpului femeii. Oricât de plăcută și orgastică ar fi interacțiunea, tot nu ar putea pretinde statutul de a fi intimă, de vreme ce ambii parteneri cooperează în eliminarea subiectivității partenerului feminin, înlocuind-o cu un sentiment de complicitate și cu o supunere dezumanizantă.

În afara scenariului sexual, forme de intimitate falsă pot fi observate și în cadrul vieților sociale ale personalităților narcisice și sociopate (Kernberg, 1984, 1992; Akhtar, 1989, 1992a, 2007). Asupra incapacității primelor dintre acestea, am făcut într-o altă lucrare următoarele comentarii:

Individul nu dorește să renunțe la autonomia totală, în același timp nepermițându-i celuilalt o viață mentală separată. Sub presiunea pulsiunilor, narcisicul se apropie prea mult de cealaltă persoană și, apărându-se de agresivitatea inevitabil mobilizată de intimitate, se retrage și devine rece și distant. În contrast cu relaționarea matură din iubire, care devine treptat mai profundă, relaționarea narcisică se caracterizează prin cicluri de intimitate bazată pe nevoie și retrageri defensive. Or, în absența oricărei reale cunoașteri mai profunde a acelei persoane odată cu trecerea timpului, se dezvoltă un tipar de idealizare intensă și control coercitiv asupra celuilalt.

(Akhtar, 2009a, pp. 102–103)

În cazul personalității sociopate, degradarea funcțiilor Supraeului și deteriorarea fundamentelor etice ale relaționării umane conduc fie la incapacitatea totală de

intimitate, fie la un tip particular de intimitate tranzitorie și falsă, care derivă în mare parte din „prefăcătorie și șarm" (Abraham, 1925, p. 299), care îl atrag pe celălalt mai aproape, și dintr-o „empatie situațională" (Gediman, 1985), care permite un acordaj precis, dar tranzitoriu la nevoile celuilalt. Sociopatul, precum un păpușar abil, are capacitatea de a-l seduce pe celălalt înspre a păși către intimitate, în vreme ce așteaptă să-și facă următoarea mișcare abuzivă.

Aspecte socioculturale

De vreme ce intimitatea implică, prin definiție, relația dintre doi sau mai mulți indivizi, este foarte probabil să fie afectată de schema specifică a unei societăți cu privire la prototipurile unei astfel de experiențe în timpul copilăriei, la facilitarea relațiilor apropiate interpersonale în timpul vieții adulte și la susținerea endemică a credinței în valoarea relaționării umane și a reciprocității. Cu siguranță, toate societățile le deschid membrilor lor astfel de drumuri. Cu toate acestea, măsura în care o fac diferă. Iar această diferență este cea care explică variațiile interculturale ale gradului de intimitate și al valorii acordate experiențelor de acest tip.

În epoca „Omului Proteic" (Lifton, 1971) și a „culturii narcisismului" (Lasch, 1979), se acordă extrem de multă importanță aparențelor, achizițiilor, ambițiilor și „adaptărilor" în interes propriu la circumstanțe. Viața de familie suferă atunci când părinții sunt consumați de cerințele profesionale și de presiunea de a avea venituri mari. Copilăria este avortată.[8] Copiii au mai puțini frați și contact

[8] Asemenea proverbialei „întoarceri a refulatului", copilăria își revendică neîntrerupt și feroce drepturile în viețile cotidiene ale

limitat cu verișorii, care deseori nu locuiesc în același oraș. Miller (2013) descrie într-o manieră elocventă impactul negativ pe care toate acestea îl au asupra vieții emoționale a copiilor, din care citez un fragment destul de cuprinzător.

Majoritatea copiilor pare să fi suferit deteriorări din mai multe puncte de vedere. În primul și în primul rând, combinația dintre accelerarea destrămării familiei și presiunile economice care solicită două venituri a avut drept consecință faptul că acești copii au un nivel din ce în ce mai scăzut de relații personale cu părinții lor și, în sine, nicio experiență a unei vieți de familie normale. În al doilea rând, pericolele traficului rutier și frica de pedofili și de alți prădători fac ca foarte rar copiii să se poată juca cu vecinii și prietenii, nesupravegheați și în apropierea casei. Rezultatul este acela al unui soi de mentalitate de asediu. Înăuntrul „caselor sigure" (acasă, la grădiniță, la școală, în cluburi de after school etc.), viața este stearpă, bidimensională și stresantă. În timpul orelor de recreere, experiența practică, tridimensională, a construitului, inventatului și creatului este de domeniul trecutului. Grafica computerizată substituie realitatea, iar ecranul televizorului și căștile audio încurajează pasivitatea. Orele de la școală sunt dominate de presiunea testelor, de atingerea unor anumite niveluri, de examinări, inspecții și de natura constrângătoare a clasamentelor. Bucuria învățatului și importanța trăitului într-o

---

adulților americani. Imaginea oamenilor cu sticle de apă de plastic în mână și cu ochii pironiți în ecranele iPhone-urilor „confirmă" permanența investirii oral-vizuale a sânului matern. Diferențierea vestimentară dintre copii și adulți este vagă. Filmele de mare succes sunt centrate în jurul supereroilor, a cadrelor magice și a animației — toate fiind mărci ale imaginației copiilor. Iar reclamele de la televizor sunt suprasaturate cu personaje animale (în sine, animate) care promovează un produs sau altul. În ansamblul lor, asemenea fenomene culturale reflectă o agățare disperată de copilărie a unor oameni care nu s-au bucurat îndeajuns de aceasta pe vremea când erau într-adevăr copii.

atmosferă de cooperare sunt înlocuite de presiunea de a avea reușite și de axarea pe competiție.

(pp. 200–201)

Și din perspectiva unui nivel mai timpuriu de dezvoltare, scenariul contemporan din Occident (în special din Statele Unite) pare unul sumbru. Capitalismul prosperă pe baza inducerii de „nevoi false" (Akhtar, 2011), care îi fac pe oameni să considere că trebuie să producă mai mulți bani ca să cumpere mai multe lucruri; acest fapt contribuie parțial la norma de necontestat a familiei cu două venituri. De vreme ce concediul de maternitate plătit este scurt (de ex., șase săptămâni în SUA), bebelușii sunt duși la creșe („centre de zi"), apoi la grădinițe (sau centre de „educație preșcolară"). Legătura mamă–copil suferă, iar pierderile produse de lipsa sprijinului confortabil al mamei, ca furnizor al îngrijirii și siguranței, sunt „compensate" de preamărirea familială și societală a autonomiei. Expresii precum „ai grijă de tine" și „cu forțe proprii" sunt incontestabile, iar „viața asistată", care este de fapt o cerință existențială a tuturor ființelor umane, devine o formă de îngrijire subtil umilitoare, rezervată vârstnicilor și bolnavilor terminali. Imaginea din ce în ce mai șterasă a lui „a fi noi" produce o „generație a lui «a fi eu»", impregnată de ambiții, ezitantă cu privire la dependență și compromisă în termenii capacității de intimitate. Colegii de serviciu, mai ales cei cu muncă de birou, nu socializează între ei. Oamenii știu puține despre problemele personale ale prietenilor și adeseori trebuie să programeze o masă împreună cu câteva săptămâni sau chiar luni înainte.

Lucrurile stau altfel în majoritatea culturilor latino-americane, mediteraneene și asiatice. Deși forța teribilă a consumerismului în stil american începe să aibă impact asupra acestor societăți, distincția dintre ele și normele

nord-americane este încă vizibilă. În multe astfel de locuri, femeile nu lucrează în afara casei, renunță la serviciu odată cu nașterea unui copil sau li se acordă concedii de maternitate plătite de lungă durată. Încă există familii întregi sau extinse, iar copilul nu este lăsat în grija unor străini plătiți încă de la șase săptămâni de viață (cum se întâmplă în majoritatea cazurilor în Statele Unite). Adesea, există la dispoziție un grup de femei (mama, bunica, mătușii, surori mai mari și verișoare) care să se îngrijească de copil (Roland, 1988; Kurtz, 1992) și să asigure o anumită continuitate a contactului piele-pe-piele și a dependenței emoționale. Copiii au mai mulți frați și un mai mare acces la verișorii materni și paterni. Se joacă împreună și, astfel, se implică cu regularitate în viețile emoționale ale covârstnicilor. Vecinii constituie o parte importantă a unei rețele relaționale. Competitivitatea umană obișnuită este sacrificată pe altarul respectului reciproc și al coeziunii sociale. Locul de muncă oferă oportunități de legături de-o viață. Prieteniile sunt solide și implică un nivel extrem de înalt de împărtășire de informații, sentimente personale și chiar secrete. Intimitatea abundă, iar singurătatea este o excepție.

Pentru ca aceste portretizări contrastante să nu lase impresia unor caricaturi, este necesară o atenuare a durității lor. *În primul rând*, profilurile de personalitate standard nu exclud variabilitatea individuală din cadrul unei societăți. Așadar, în Vest există și oameni calzi și prietenoși, cu o capacitate de intimitate profundă, la fel cum în Est există și indivizi reci, distanți și suspicioși. Nu trebuie să permitem ca tendințele de grup pictate cu pensula largă a generalizării să acopere nuanțele mai fine ale psihodinamicii individuale. *În al doilea rând*, atât în Est, cât și în Vest, se poate să existe diferențe subculturale, regionale și etnice, în termenii intimității interpersonale. Spre exemplu, rezerva personală care constituie

prototipul pentru persoane albe, protestante, anglo-saxone („WASPS“[9]) nu este valabilă în privința populației afro-americane sau italo-americane din Statele Unite. Iar în India, oamenii din statele Punjab și Tamil Nadu diferă foarte mult, din perspectiva locvacității, a nevoii de spațiu personal și a ușurinței cu care își fac prieteni noi. *În al treilea rând*, clasa economică joacă și ea un rol aici. În general, familiile ce aparțin claselor socioeconomice inferioare locuiesc la mare apropiere unele de altele. Acest lucru impune o mai mare interacțiune cu rudele și vecinii, precum și cu alți membri ai comunității. Supraaglomerarea spațiilor de locuit poate conduce la o „subțiere“ a granițelor personale și la o mai mare toleranță a intimității. Chiar și o privire fugitivă asupra suburbiilor nord-americane, populate de clasa medie superioară, predominant albă, dezvăluie izolaționismul și autonomia rigidă a localnicilor. Contactul cu vecinii este superficial și mai puțini copii sunt văzuți jucându-se în afara casei. Pentru a parafraza afirmația lui Freud că „anatomia este destinul“ (1924, p. 292), observațiile precum acestea ne duc la concluzia că „economia este destinul“. *În al patrulea rând*, o variabilă conexă se referă la societățile rurale versus cele urbane. Primele furnizează o foarte mare necesitate și oportunitate pentru relații umane apropiate. Celelalte facilitează viața retrasă. Așadar, în cadrul națiunilor lumii aflate în creștere, precum China, Brazilia și India, unde migrarea din spațiul rural în cel urban are loc într-un ritm uluitor (Akhtar, 2011), forma și structura familiei și a practicilor standard de creștere a copiilor sunt și ele în schimbare. Acestea, la rândul lor, pot afecta atributele de personalitate (incluzând capacitatea de intimitate) considerate dezirabile și adecvate pentru supraviețuire și progres. *În al cincilea rând*, trebuie

[9] Acronimul pentru „*White Anglo-Saxon Protestants*“. (*N.t.*)

să nu trecem cu vederea valurile masive de migrație dinspre țările care fac parte din așa-numita Lume a Treia înspre emisfera vestică. Aceasta este însoțită de o foarte importantă oportunitate pentru ca oamenii din ambele regiuni să dezvolte prietenii heteroetnice și homoetnice. Am detaliat diferențele și similitudinile unor asemenea legături în cadrul altei lucrări (Akhtar, 2011, pp. 81–102). Este suficient să spun că, în genere, prieteniile homoetnice alină și includ un contact mai intim, dar pot încetini procesul de individuație, în vreme ce prieteniile heteroetnice stimulează aculturația și îmbogățesc abilitățile Eului specifice respectivei culturi, dar împiedică astfel crearea unei intimități mai profunde. *În ultimul rând*, trebuie să ne amintim că separarea intimitate–viață privată nu este un fenomen de tipul „totul sau nimic". Nu este ca și cum vesticii valorizează mai mult viața privată, iar esticii valorizează mai mult intimitatea. Ambele grupuri au nevoie de cele două experiențe și le conferă valoare amândurora. S-ar putea să difere modalitățile de a obține aceste experiențe și distribuția aleasă pentru relațiile importante. Mai semnificativ însă, s-ar putea să fie utilizate sectoare diferite ale structurii psihice pentru atingerea acestor țeluri. În acest context, observația abilă făcută de Roland (1988), psihanalist cu practică în New York, cu o considerabilă experiență clinică și socială de lucru cu clienți indieni și japonezi, este foarte pertinentă.

> *Drept contrapondere pentru granițele externe permeabile ale Eului din cadrul intenselor relații familiale de intimitate, indienii stabilesc o altă graniță internă a Eului, pentru a proteja și a extinde un sine extrem de privat, cu bogatele sale sentimente și fantasme — astfel ei își creează un spațiu psihic intern. Acest tip de graniță a Eului nu a fost încă formulată în psihanaliza din Vest — în principal pentru că individualismul vestic, centrat pe granițe externe solide ale Eului și pe autonomia individuală,*

înlătură necesitatea dezvoltării unei astfel de granițe interne și a unui sine privat ca structuri psihologice centrale.

(p. 227)

Considerațiile endopsihice precum acestea constituie aduceri aminte utile cu privire la legăturile dialectice dintre antropologie și psihanaliză (Paul, 2005), în același timp pregătind terenul pentru reintrarea noastră în tărâmul clinicii. Înainte de a face însă acest lucru, voi propune o scurtă incursiune în domeniul unor aspecte ale intimității umane în genere doar parțial înțelese.

Trei paliere neexplorate ale intimității

Voi acorda acum atenție unui număr de trei paliere care se regăsesc foarte puțin în cadrul literaturii dedicate temei intimității. Formulate ca întrebări, acestea sunt: (i) Există grade variabile ale intimității cu diferitele reprezentări de sine ale individului? (ii) Poate exista intimitate între om și animale? (iii) Există un soi de intimitate între o persoană religioasă și dumnezeul său? Permiteți-mi să fac niște scurte comentarii asupra fiecăreia dintre aceste chestiuni.

Intimitatea cu părți din sine

Un sine sănătos și „bine construit" nu implică o omogenitate monolitică. De fapt, o consistență rigidă și caricaturală adesea reprezintă o apărare față de haosul și diviziunile interne. Un sine normal, bine integrat și cu o bună funcționare este alcătuit din multe subseturi de reprezentări de sine (Eisnitz, 1980). Unele dintre acestea se află mai aproape de acțiune, iar altele, mai aproape de

contemplare. Unele sunt mai apropiate de masculinitate, altele, de feminitate. Unele exprimă o serie de obiective în viață, altele o serie diferită de scopuri. Ceea ce face diferența dintre un sine unitar cu multiple reprezentări de sine și o identitate dezorganizată este sinteza de ansamblu caracteristică primului dintre ele, precum și o tranziție confortabilă între aspecte diferite și o combinație optimă între principiul realității și direcția vieții dictată de Idealul Eului, în termenii manifestării sau ai nemanifestării uneia sau alteia dintre reprezentările de sine.

De aceea, s-ar putea menține distanțe variabile față de diferite părți din sine. De notat aici faptul că atât modelul freudian topografic al aparatului psihic (1900), cât și cel structural (1923b) permit o ipoteză de acest tip, iar Bouvet (1958), care a fost primul care a scris despre „distanța optimă", se referea de fapt la „spațiul care separă modul în care un subiect își exprimă pulsiunile de modul în care le-ar exprima dacă nu ar interveni procesul de «gestionare» sau «amenajare» (în franceză: *amenagement*) a acestor expresii" (p. 211). Pe lângă astfel de separări formale și dinamice, există în cadrul sinelui diviziuni bazate pe conținut. Conceptul lui Bach (1977) de „complementaritate în oglindă a sinelui", conform căruia o extremă comportamentală conștient trăită și exprimată este aproape întotdeauna asociată cu opusul său (de ex., lăcomie versus generozitate) se referă exact la acest fapt. La fel și lucrarea lui Feldman (2007) cu privire la tehnica de abordare (sau de neabordare) a părților repudiate din sine în cursul travaliului analitic.

Așadar, sinele recunoscut de către individ ar putea menține un dialog apropiat cu o anumită reprezentare de sine, în același timp nepermițându-i alteia exprimarea. Luându-mă pe mine ca exemplu, am evitat „intimitatea" cu două aspecte ale sinelui propriu: unul se referă la jocurile de noroc și celălalt la spiritualitate. Ținându-mă la

depărtare de primul, nu am frecventat cazinouri (în urma unei excursii hipnotizante în Atlantic City) și nu am vizitat niciodată Las Vegasul. Nepăstrându-mă la o distanță la fel de mare de cel de-al doilea aspect, am perceput impulsurile de a renunța la o individualitate bine structurată atât ca tentante, cât și ca terifiante. Am flirtat cu dorințe de a cunoaște mai bine budismul și sufismul, de a vizita locurile sfinte din lume și de a mă retrage într-o solitudine nepământească[10], dar am resimțit aceste chemări interne ca fiind destul de înspăimântătoare. Un compromis gradual din partea mea a fost să citesc și să scriu despre atributele umane precum iertarea (Akhtar, 2002), bunătatea (Akhtar, 2009a, 2009b), recunoștința (Akhtar, 2018a), generozitatea (Akhtar, 2018b), demnitatea (Akhtar, 2015), răbdarea (Akhtar, 2015c) și modestia (Akhtar, 2018). Absența „intimității" cu sinele meu jucător mi-a făcut bine. Ezitarea mea de a-mi cunoaște întru totul „sinele spiritual" (Roland, 2011) a produs rezultate ambivalente. Lăsând la o parte însă propriile mele lupte, întrebarea rămâne dacă putem — noi toți — să devenim „intimi" cu toate părțile noastre. Și, dacă nu, o astfel de distanță îmbogățește sau sărăcește personalitatea cuiva? Sunt posibile compromisurile? Iar asemenea compromisuri apar numai la vârsta mijlocie sau înaintată ori și mai devreme?

Intimitatea cu animalele

În *Totem și tabu*, Freud (1913) a scris faimosul pasaj:

---

[10] Spre marea surprindere a prietenilor cărora le-am mărturisit acest lucru, am fost absolut fascinat (și mi-am dorit să urmez calea) călugărilor carmeliți, care fac un jurământ de tăcere și își petrec viața în izolare și rugăciune. Mai recent, văzând fotografii ale mănăstirii Sumela din secolul al IV-lea, din Turcia, am resimțit un efect la fel de ispititor al acestora asupra mea.

Copilul nu arată încă nicio urmă din acea aroganță care îl face apoi pe omul civilizat adult să își delimiteze, printr-o graniță hotărâtă, propria sa natură de tot ce-i animalic. Copilul îi acordă animalului, fără să se gândească, întregul drept la egalitate; în recunoașterea neinhibată a necesităților sale, el se simte mai înrudit cu animalul decât cu adultul, care este probabil enigmatic pentru el.

(p. 494)

Patru ani mai târziu, Freud (1917a) a revenit asupra acestei teme, făcând următoarea afirmație:

Omul nu este cu nimic diferit și cu nimic mai bun decât animalele, el însuși a provenit din ele, fiind mai aproape înrudit cu unele specii, mai îndepărtat de altele. Achiziționările lui ulterioare nu au fost capabile să șteargă mărturiile analogiei cu ele în constituția sa fizică, precum și în predispozițiile sale psihice.

(p. 77)

Teoria freudiană a dezvoltării sublinia substratul animal al lumii interne a ființelor umane, remarcând de asemenea faptul că se întâmplă frecvent ca animalele să servească rolul de rezervoare simbolice ale proiecțiilor noastre. Într-adevăr, trei dintre cele patru cazuri „celebre" ale sale — anume Micul Hans (1909b), Omul cu șobolani (1909d) și Omul cu lupi (1918b) — implicau preocupări și fantasme omenești centrate pe animale.

Această linie de explorare din cadrul operei lui Freud nu a fost continuată de psihanaliștii de mai târziu, cu notabila excepție a lui Searles (1960) și, într-o mai mică măsură, a scrierilor lui Sperling (1952, 1971) și Shengold (1971). Un foarte semnificativ avânt a fost oferit unei astfel de conceptualizări prin două volume pe care le-am editat alături de Volkan: *Grădina zoologică mentală* (Akhtar &

Volkan, 2005a) și *Grădina zoologică culturală* (Akhtar & Volkan, 2005b). Am strâns împreună un număr de analiști contemporani care au continuat elaborarea noțiunilor freudiene preliminare cu privire la rolul animalelor domesticite sau sălbatice în dezvoltarea psihică a unui copil; în adaptarea acestuia la lumea externă; și în bogata și complexa țesătură a culturii umane, incluzând mitologia, arta, muzica, literatura și cinematografia.

Acum, făcând un pas înspre straturile mai profunde ale relației om–animal, ridic întrebarea dacă intimitatea autentică poate face parte din această legătură. Lăsând la o parte utilizarea perversă sexual a animalelor (Krafft-Ebing, 1892; Kinsey, Pomeroy & Martin, 1948a, 1948b; Stolorow & Grand, 1973; Greenacre, 1951; Shengold, 1967; Traub-Werner, 1986) și cruzimea față de acestea (Akhtar & Brown, 2005), în cazul cărora relația este exploatatoare, lipsită de empatie și unilaterală, răspunsul la întrebarea cu privire la intimitatea autentică între om și animal pare să fie afirmativ. Experiența cu câinii mei — Jackie și Majnun —, experiențele copiilor mei cu pisici și cai, observarea prietenilor și a pacienților care au avut animale de companie și lectura romanelor care includ relația om–animal (de ex., Ackerley, 1956; Parkhurst, 2004) și a unor contribuții psihanalitice mai noi (Bolognini, 2008; Platt, 2017) vin în sprijinul unei astfel de ipoteze.

Toate componentele intimității — afecțiunea, încrederea, împărtășirea experiențelor, înlăturarea rușinii și facilitarea dezvoltării pline de satisfacție a sinelui partenerului — pot fi regăsite în relația om–animal. Comunicarea și schimbul de asemenea sentimente au loc mai puțin la un nivel verbal și mai mult la unul nonverbal, senzitiv și intuitiv. Scriind în mod specific despre relația om–câine, Bolognini (2008) susține că, dacă stăpânul menține „un spirit suficient de liber" (p. 98) și poate rezista impulsurilor de a-și proiecta reprezentările de sine asupra partenerului

animal, se poate înfiripa între cei doi „o uniune operativă" (p. 99) și o „direcționalitate comună" (p. 105); acestea pot îmbogăți viețile emoționale ale ambilor parteneri. Sunt de acord cu acest lucru și adaug că noi nu numai că le dăm tot felul de nume de alint animalelor noastre de companie, ci inventăm și porecle pe care ne imaginăm că ele ni le-au dat nouă. O astfel de reciprocitate este chiar mai mult sporită de joaca împreună și de atenția și respectul acordate dispoziției și nevoilor celuilalt. Observația lui Khan (1983), că prezența în casă a unui câine[11] poate facilita „lenevitul fără griji" al stăpânului, este unul dintre cele mai grăitoare exemple ale funcțiilor de susținere din cadrul relațiilor om–animal. O altă ilustrare este adusă de reciprocitatea de mare profunzime afectivă dintre oamenii nevăzători și câinii dresați pentru nevăzători. Utilizarea animalelor domesticite în cadrul azilurilor de bătrâni constituie încă un exemplu al beneficiilor intimității om–animal. Mai recent, încrederea în atitudinea binevoitoare naturală a cailor a început să fie folosită pentru a ajuta la spargerea carapacei caracteristice mentalizării deficitare a copiilor autiști (Murphy, 2011; Cahill, 2015) și la crearea de narațiuni confesive care să preîntâmpine recidivismul în cazul deținutelor ajunse aproape de liberare (Rellahan, 2017).

Intimitatea cu Dumnezeu

Dezintegrarea sinelui — sau, cel puțin, fragmentarea sa parțială — în timpul stării de „sentiment oceanic" a fost atribuită transcendenței de către Rolland (într-o scrisoare către Freud, de pe 5 decembrie 1927, citată în Freud, 1930,

[11] Deși Khan nu specifică acest lucru, cred că este nevoie de un câine de talie mare pentru facilitarea lenevitului fără griji al stăpânului. Majoritatea câinilor mici sunt prea neastâmpărați și jucăuși pentru a furniza o astfel de funcție de susținere.

p. 227) și regresiei de către Freud (*ibidem*). Senzația că te afli în fuziune cu întregul univers și că totalitatea timpului și a spațiului este o prelungire a Eului era considerată de primul autor ca reprezentând o atingere a unui nivel de conștiință mai înalt (în care sinele renunță la propriile-i granițe), iar de către cel de-al doilea drept o întoarcere la o stare infantilă timpurie (în care sinele se află într-o stare de fuziune cu mediul său, incluzând-o, firește, pe mamă). Cu câteva excepții (Rizzuto, 1979, 2001; Meissner, 1984, 2001), psihanaliștii ulteriori au mers în continuarea liniei de gândire a lui Freud. Au adaptat perspectiva sceptică a acestuia asupra credinței religioase (Freud, 1927b) și au ajutat la crearea unei atmosfere euristice, în cadrul căreia psihanaliza a devenit un geamăn siamez al ateismului.

În lumina acestui lucru, s-ar putea ca majoritatea analiștilor să se simtă incomodați de sugestia mea că poate exista intimitate între om și Dumnezeu.[12] Aceștia ar putea afirma că, de vreme ce Dumnezeu este o creație imaginară a omului, iar existența sa este una strict intrapsihică, întrebarea cu privire la intimitatea cu divinitatea nici nu-și are sensul. La această obiecție, eu răspund că, dacă pot exista niveluri diferite de intimitate cu reprezentări de *sine* diferite (așa cum am descris mai sus), atunci de ce n-ar exista și cu diferite reprezentări de *obiect*? Respingerea argumentativă freudiană a lui Dumnezeu (1927c) și susținerea ferventă a ateismului de către unii gânditori contemporani (Hitchens, 2007; Dawkins, 2008; Thomson & Aukofer, 2011) n-ar putea și chiar nu-i cu putință să-i lipsească pe oameni de nevoia de a crede într-o putere divină și de a menține o comunicare internă cu aceasta. Acest „obiect intern divin" (comunicare personală, Părintele Lee

[12] Adevărul este că există un mare număr de cărți intitulate *Intimacy with God* (*Intimitatea cu Dumnezeu*), de exemplu Heald, 2000; Keating, 2009; Jakes, 2013; Oberto, 2017.

Makowski, 21 ianuarie 2001) sau „reprezentare a lui Dumnezeu" (Rizzuto, 2001) poate dobândi atribute antropomorfice și specificitate de conținut *ori* poate fi metaforică și rămâne integrată în „aria intermediară a experienței" (Winnicott, 1953). Proiectată în exterior, prima dintre acestea conduce la idolatrie și supunere. Menținută în interior, cea de-a doua sporește recunoștința și modestia (Akhtar, 2018). Afirmația mea că „Dumnezeu este un poem măreț" (Akhtar, 2009b, p. 5) reflectă această ultimă poziție. Nu mai este nevoie să adaug că putem fi inspirați de o poezie și că putem să-i oferim semnificații în plus și s-o îmbogățim.

Privind din această perspectivă, suntem mai puțin surprinși (decât am fi dacă am rămâne blocați în dezbaterea inutilă cu privire la existența lui Dumnezeu) să descoperim că, în ciuda vehementelor sale afirmații de a fi ateu, Freud i-a adus în mod repetat omagii lui Dumnezeu.

> *Scrisori semnate de Freud de-a lungul vieții sale sunt infuzate cu cuvinte și expresii precum „am trecut examenele cu ajutorul lui Dumnezeu"; „dacă aceasta este voia lui Dumnezeu"; „bunul Dumnezeu"; „preluând îndemnul Domnului"; „în stăpânirea Domnului"; „până după Înviere"; „știința pare să solicite existența lui Dumnezeu"; „judecata Domnului"; „voia Domnului"; „harul Domnului"; „Dumnezeu din ceruri"; „dacă ne vom întâlni cândva în ceruri"; „în lumea următoare"; „rugăciunea mea secretă". Într-o scrisoare către Oscar Pfister, Freud îi scrie acestuia că se considera „un adevărat servitor al Domnului" și că „avea norocul de a se afla în poziția de a-i îndrepta pe alții către Dumnezeu".*
>
> *(Nicholi, 2002, p. 51)*

Este cert faptul că Freud era revoltat față de imaginea paternă, externalizată, severă a lui Dumnezeu, care cere închinare oarbă, însoțită de exprimarea lipsită de frică a umilinței față de obiectul sublim al venerației, evlaviei și

recunoștinței. În mod fascinant, în cadrul uneia dintre ultimele sale scrieri, Freud (1939) a afirmat că o credință într-un Dumnezeu universal, caracteristic religiilor monoteiste, are drept consecință un anumit „sacrificiu de intimitate" (p. 691). Dând o explicație caricaturală, am putea spune că este mai puțin probabil ca tatăl a doisprezece copii să fie „intim" cu fiecare dintre copiii săi decât tatăl a unul sau doi copii. Acest fapt deschide posibilitatea ca religiile politeiste care le permit credincioșilor să-și aleagă zeitatea căreia să i se închine (de ex., masculină, feminină, copil, animal, jumătate animal, jumătate om ș.a.m.d.) să faciliteze de fapt o mult mai mare intimitate între om și respectiva zeitate. Hinduismul, în mod special, oferă un „panteon transferențial" (Rao, 2005, p. 271) însoțit de posibilitatea

> *de a crea, prin intermediul plasticității permise de politeism, un dumnezeu după imaginea proprie a individului. Acest fapt este exemplificat prin frecventa practică a închinării la un* ishta devata *(la un dumnezeu personal), după gustul fiecăruia, un dumnezeu pe care o familie sau un membru al familiei îl adoptă ca fiind în mod personal mai semnificativ decât toți ceilalți dumnezei. Ideea de a alege forma de dumnezeu căreia să i te închini sau pe care s-o venerezi are specificul ei, dar nu e foarte diferită de practica de a cere binecuvântarea din partea unui sfânt ocrotitor creștin. [...] În India, dumnezeii sunt dumnezei transferențiali prin excelență; am putea chiar merge mai departe prin a spune că sunt și dumnezei ai transferului, însemnând că, într-o manieră fundamentală, dumnezeii hinduși se extind, la rândul lor, ca fiind ființe transformabile și obiecte de transfer. Ei fac acest lucru prin intermediul mecanismului* avatar, *de obicei tradus ca întrupare a aceleiași zeități (dintr-o stare mai înaltă), o putere prețuită a zeităților hinduse, care permite existența a mai multe vieți, nașteri, apariții și atribute, pentru a se racorda la epoci temporale, obiceiuri culturale și dorințe personale.*
>
> *(pp. 291–292)*

O asemenea flexibilitate se află într-o evidentă opoziție cu Dumnezeul patern și paternalist al celor trei credințe avraamice. În același timp, formele mai blânde ale tuturor acestor religii (de ex., Cabala pentru iudaism, varii secte mistice pentru creștinism, sufismul pentru islamism) permit totuși un dialog mai ludic și mai personal cu Dumnezeu. Acest lucru constituie, în termenii lui Ostow (1995), „intimitatea supremă".

Implicații tehnice

Orice examinare a implicațiilor terapeutice ale intimității trebuie să înceapă prin delimitarea spațiului pe care îl ocupă o astfel de experiență în orice terapie psihanalitică axată pe dezvoltarea umană. Există două conceptualizări opuse. În cadrul modelului clasic (Freud, 1905a, 1915c), căutarea descărcării tensiunii pulsionale constituie principalul factor motivator psihic, iar „obiectul" (acela care va facilita reducerea tensiunii) este secundar „scopului" pulsional (tensiunea particulară care trebuie să fie descărcată). În cadrul modelului elaborat ulterior, cel al relațiilor de obiect, „libidoul se află în mod fundamental în căutarea obiectului" (Fairbairn, 1963, p. 224), nevoile de atașament ocupă o poziție superioară față de gratificarea pulsională (Bowlby, 1958), iar copilul are, încă de la începutul vieții, o „nevoie de intimitate" (Sullivan, 2018). Perspectiva clasică permite cu reticență valorizarea specificității obiectului și o face mai mult în termenii dorințelor evoluate din punct de vedere experiențial decât în cei ai nevoilor de dezvoltare înnăscute. Perspectiva relațiilor de obiect subliniază faptul că îndeplinirea nevoii de intimitate, ce o implică în mod specific pe mamă, este esențială pentru creșterea și dezvoltarea normală a

copilului. Cele două perspective generează poziții terapeutice diferite.

Perspectiva clasică descurajează intimitatea cu pacientul. Pledează pentru anonimat și abstinență din partea terapeutului. Utilizarea de către Freud a metaforei „chirurgului" și pe cea a „oglinzii" (1912, pp. 119, 123) a evidențiat poziția neutră și „neimplicată" personal pe care considera că ar fi optim ca terapeutul să și-o asume. Deși a admis existența „forței iubirii ca mijloc curativ" (1907, p. 38), ba chiar a spus că „leacurile noastre sunt leacuri prin iubire", Freud (citat în Nunberg & Federn, 1962, p. 101) a recomandat, pe cale oficială, ca medicul să fie „netransparent pentru pacient" (1912, p. 123) și să evite furnizarea de informații personale sau chiar și o vagă dezvăluire față de pacient a sentimentelor sale. Avertizările de acest fel au încurajat analiștii ulteriori să adopte o poziție retrasă și distantă față de emoționalul subiectiv al pacientului. O limită tragică a fost atinsă atunci când Hartmann (1960) a afirmat că „terapia analitică este un fel de tehnologie". Astfel s-a născut o psihanaliză „nonrelațională" sau, așa cum o numesc eu, o psihanaliză „fără mamă".

Dezacordurile cu o asemenea austeritate pseudoștiințifică au fost evidente încă de la începuturile psihanalizei. Ferenczi (1928, 1931) a plasat contactul emoțional dintre analist și pacient în centrul a ceea ce făcea ca psihanaliza să fie terapeutică. Iar atitudinea acestuia s-a reflectat în scrierile mai târzii ale discipolului său, Balint (1953, 2014). În Statele Unite, un psihanalist marginalizat și ignorat din punct de vedere academic, Sullivan (2018), a fost cel care a luptat în apărarea acestei cauze. El a subliniat faptul că nevoia umană de contact emoțional cu ceilalți este înnăscută, iar eșecul de îndeplinire a acestei nevoi duce la dezorganizare în copilărie și la singurătate în viața adultă. Pentru Sullivan, noțiunea de tratament includea ca terapeutul să devină, tocmai prin propria-i căldură și

umanitate, o prezență utilă care să transcendă fantasmele transferențiale și să satisfacă nevoia de intimitate. Reprezentând acest mod de gândire, Ferreira (1964) a afirmat că „în psihoterapie, nu explicația este cea care contează, ci experiența" (p. 193). Dezvoltând mai departe această ipoteză, Levenson (1974) a declarat că toate interpretările sunt, în cele din urmă, acte de contratransfer. Analistul „nu trebuie să se folosească pe el însuși ca unealtă în a-l împinge pe pacient înspre schimbare" (p. 365). O caracteristică suplimentară a unei astfel de abordări terapeutice este ca analistul să împărtășească ceva subiectiv cu privire la el însuși cu pacientul. În cuvintele lui Hirsch (1983), „expunerea sinelui analistului și a sinelui pacientului reflectă intimitatea analitică" (p. 327). Rezonarea analistului cu experiența pacientului și ajutarea lui în a descoperi mai multe nuanțe ale acesteia este ceea ce face ca psihanaliza să fie terapeutică. Aceasta este ceea ce numesc eu versiunea „fără tată" a tehnicii psihanalitice.

Această separare între varianta clasică și cea relațională a luat multe forme, începând cu dezacordul dintre Freud și Ferenczi, trecând prin schisma dintre Klein și Balint, și până la tensiunea curentă dintre „psihologia modernă a Eului" și abordările relaționale, intersubiective ale tehnicii. Numele se tot schimbă, iar filiațiile sunt evidențiate sau negate[13], dar problemele rămân aceleași. Impactul tehnic al acestei divergențe este mult prea vast pentru a putea fi acoperit aici, iar noi trebuie să ne menținem atenta concentrare asupra chestiunii intimității.

În tehnica clasică, cererea de asociere liberă „forțează" pacientul să-și dezvăluie fantasmele și secretele, în vreme ce analistul rămâne „netransparent", opac. Acest lucru nu

[13] Din varii motive „politice", analiștii relaționali din prezent nu declară că originile lor conceptuale și teoretice pornesc de la Sullivan.

pare să se califice ca intimitate, mai ales dacă se consideră că reciprocitatea și bilateralitatea constituie elementele sale centrale. Cum poate pacientul să fie intim dacă analistul este rezervat? În tehnica relațională, experiența subiectivă este privită ca fiind mereu validă și se recomandă o reactivitate și o deschidere comună în cadrul diadei clinice. Terapeutul este descurajat de la a atribui o mai mare semnificație înțelegerii sale cu privire la experiența pacientului. Kohut (1977) și Schwaber (2007) sprijină amândoi o astfel de „postură antiinterpretare", deși pornind de la baze teoretice diferite. Nosek (2009) este chiar mai vocal în această privință.

> *Dacă suntem pregătiți să renunțăm la violența cunoașterii, dacă nu ne lăsăm incitați de urgența ontologiei și a puterii pozitivismului, ajungem să descoperim teritoriul ospitalității; aceasta înseamnă să primim străinul ca atare, să-i permitem propria existență. Acest gest, configurat ca bunătate, nici nu mă înnobilează, nici nu mă înalță; natura sa derivă din infinitul care poate fi primit, dezvăluind că am atâtea posibilități. [...] Pentru noi, psihanaliștii, aceasta reprezintă o reflecție radicală privind ierarhia; psihanaliza nu mai este o cură prin cuvântul spus, ci prin cuvântul ascultat.*
>
> *(p. 145)*

Levenson (1974) încearcă să adopte o poziție de compromis, spunând că, „odată ce experiența pacientului și cea a terapeutului au fost validate, o interpretare a conținutului are valoarea de a-i furniza pacientului un mit coerent, o armătură pe care să așeze povestea" (p. 365). Oferind ceva mai multă importanță utilității interpretării, am observat cum analistul trebuie să se lase purtat de fluxul și refluxul materialului adus de pacientul său, uneori făcând comentarii de validare, iar alteori descifrând anumite intervenții (Akhtar, 2002).

Tentația care apare aici este de a considera intimitatea derivată din acordajul intersubiectiv și interpretarea generată de „ascultarea obiectivă" (Akhtar, 2013a) ca fiind entități separate. Însă adevărul este că și cea mai validatoare remarcă a analistului conține un element interpretativ. Următoarele trei viniete exemplifică această aserțiune.[14]

Vinietă clinică: 1

Andrea Hooberman, o învățătoare de 55 de ani, divorțată, fără copii, era prinsă în ghearele angoasei la momentul la care mi-a solicitat ajutorul. O intervenție chirurgicală prost lucrată o lăsase recent cu o disfuncție care îi făcea imposibilă plăcerea în timpul sexului. De asemenea, devenise și incontinentă fecal. Multiple consultații la medici și chirurgi îi confirmaseră că defectul produs era ireversibil. Deși îl dăduse în judecată pe chirurgul care o operase și urma să primească o imensă compensație financiară, nu putea găsi consolare în acest lucru.

În cadrul travaliului ei cu mine, se întâmpla adesea ca Andrea să izbucnească într-un plâns amar. Odată, reușind să se oprească dintr-o astfel de revărsare emoțională, m-a privit drept în ochi și m-a întrebat: „Deci, *dumneavoastră* ce credeți?" Fără nicio ezitare, i-am răspuns: „Mă gândeam, de fapt, la două lucruri. Unul, că mi-aș dori să găsiți un chirurg excelent, care să vă rezolve problema. Și al doilea, mă gândeam cum v-aș putea ucide fără durere, ca să vă eliberez din această suferință de nesuportat". Andrea m-a privit, a încuviințat din cap, și a șoptit: „Vă mulțumesc".

[14] Numele date pacienților din aceste viniete sunt fictive.

Vinietă clinică: 2

Lisa Fischetti, o studentă de 22 de ani, se afla la mine în tratament din cauza faptului că avea de multă vreme un sentiment de inferioritate, o incapacitate de a spune „nu" și îndoieli cu privire la propria-i valoare. Crea impresia de a fi atrăgătoare, inteligentă și descurcăreață, dar se percepea ca având puține de oferit și fiind incapabilă să stârnească vreun interes unei persoane valoroase. Cele două lucruri din viața ei pe care le admitea ca fiind bune erau performanțele ei academice și faptul că dezvoltase o prietenie frumoasă cu colega ei de cameră. Apoi, într-o bună zi, s-a întâmplat o tragedie: această prietenă a ei a fost călcată cu mașina de un șofer beat și a murit pe loc. Lisa a fost devastată.

În ședința care a urmat imediat după acest accident, Lisa a plâns și a plâns: cu corpul ghemuit de durere, chipul ud de lacrimi, suspinele și hohotele umplând spațiul psihic dintre noi. Am rămas în cea mai mare parte în tăcere până aproape de sfârșitul ședinței, când i-am spus: „Știți, fiind analist, nu mi se permite să fac anumite lucruri. Dacă nu aș fi fost constrâns de regulile de etică, m-aș fi ridicat de pe fotoliu și v-aș fi îmbrățișat strâns și lung". Lisa și-a ridicat capul, s-a uitat în ochii mei și a încuviințat cu înțelegere și recunoștință.

Vinietă clinică: 3[15]

Katherine O'Malley își pierduse mama, care suferise de cancer pulmonar, la vârsta de patru ani și jumătate. Deși tatăl fusese foarte iubitor, atitudinea de respectare strictă a datoriei, de împotrivire față de pulsiuni și complet lipsită de jovialitate a mamei ei vitrege îi provocaseră

[15] Acest caz a fost inclus și în altă lucrare (Akhtar, 2015), într-un context diferit.

lui Katherine o rană veșnică a pierderii materne. A avut foarte mari reușite profesionale, s-a căsătorit și a crescut doi copii, dar având întotdeauna sentimentul că ceva lipsește din viața ei; o angoasă chinuitoare o însoțise mereu. Aceasta s-a înrăutățit când fiica ei adolescentă s-a apucat de droguri. Katherine a intrat la acel moment în analiză și a fost surprinsă să descopere efectele pervazive, deși subtile, ale pierderii sale materne din copilărie asupra funcționării ei psihice. Suferința de doliu care fusese „amânată" (Freud, 1918b) începuse abia acum cu adevărat și s-a aflat în prim-plan în primii doi ani de analiză.

În al patrulea an, când doliul părea să se fi încheiat, un eveniment extern tulburător i-a reactivat suferința. Katherine a fost copleșită și, în timpul unei ședințe, a început să plângă cu intensitate. Abia reușind să-și domolească răsuflarea întretăiată și suspinele, a spus: „Am crezut că s-a terminat, dar cu siguranță că nu-i așa". M-am simțit impulsionat să-i răspund și i-am spus: „Știți, mi-au venit în minte două versuri dintr-o poezie din limba mea maternă, ca răspuns la ce tocmai ați spus. Știu că nu le veți înțelege, dar dați-mi voie ca mai întâi să vi le recit și apoi vi le voi traduce". După aceea, am recitat: *„Kitne toofaN uthhaye aankhoN ne // Naao yaadoN ki doobti; hi nahiN"*[16] Apoi am făcut o pauză și i-am spus: „Înseamnă că, oricât de multe furtuni s-au oglindit în ochii mei, această nefericită barcă a amintirii nu se scufundă în veci". Simțindu-se înțeleasă și bine „susținută", Katherine a încuviințat și s-a mai liniștit.

[16] Versurile îi aparțin poetului urdu contemporan din India, Akhlaq Mohammad Khan Shahryar (1936–2012).

Așa cum ar trebui să se înțeleagă cu ușurință, aceste viniete au multe elemente în comun. În toate cele trei cazuri, pacienta era torturată de emoții puternice, iar eu am fost, la rându-mi, mișcat. În toate cele trei situații, am făcut un anumit fel de autodezvăluire (în prima, a fanteziei pe care o aveam; în a doua, a unei acțiuni pe care aș fi făcut-o dacă nu m-aș fi aflat într-un cadru clinic; iar în a treia, a nevoii mele de a vorbi în limba maternă, care nu-i era comprehensibilă pacientei). În toate cele trei contexte, intervențiile mele s-au caracterizat printr-o marcată autenticitate și spontaneitate. În toate cele trei cazuri, pacienta a răspuns intervenției mele prin a se simți profund înțeleasă.

Împreună, aceste trăsături fac ca asemenea intervenții să pară din categoria celor pe care Bion (1970) le-a numit „acte de credință"; acestea se referă la intervenții care se nasc din intuiția bruscă și care, într-un moment de maximă inspirație, lasă toată experiența și cunoașterea anterioare deoparte. Acest lucru este valabil dacă ne concentrăm numai asupra spuselor mele. Dacă suntem însă atenți la tiparul relațional al acestor viniete, atunci „momentele de întâlnire" despre care vorbesc Stern et al. (1998) par o încadrare mai potrivită. Un „moment de întâlnire" este „o stare diadică nou-creată [...] [și] punctul în care este modificat un context intersubiectiv" (p. 913). Stern et al. subliniază faptul că interpretările pot conduce către un „moment de întâlnire", iar un „moment de întâlnire" poate conduce către o interpretare.[17] Sunt de acord și aș adăuga că acele comentarii făcute în astfel de momente conțin atât elemente afirmativ-validatoare, cât și elemente interpretativ-revelatoare.

[17] Yerushalmi (2013) a remarcat că dezvoltările teoretice care încurajează analiștii să creeze astfel de momente produc o creștere a riscului trecerilor la acte contratransferențiale.

Așadar, în prima vinietă, comentariul meu nu doar că a rezonat cu sentimentul de neajutorare al pacientei mele, ci a și dezvăluit tentația de omnipotență proprie unor asemenea circumstanțe. În mod similar, în a doua vinietă, comentariul meu a demonstrat că eram conștient de cât de îndurerată era pacienta mea, în același timp descifrând dorința umană firească de a fi consolată în timpul suferinței de doliu. În sfârșit, în a treia vinietă, alegerea poemului respectiv a constituit un acordaj la suferința pacientei, în vreme ce folosirea limbii mele materne a exprimat faptul că eu însumi eram mai puțin „pustiit" și puteam să-i ofer îngrijire maternă. Întorcându-mă la un comentariu pe care l-am făcut în cadrul secțiunii din această lucrare dedicate dezvoltării, atât „intimitatea maternă", cât și „intimitatea paternă" se aflau simultan în lucru. În viziunea mea, acest fapt șterge distincția clară dintre a oferi intimitate și a face o interpretare, astfel creând o punte peste prăpastia care există de atâta vreme în teoria noastră privitoare la tehnică.

Concluzii

În cadrul acestei contribuții, am rezumat literatura psihanalitică asupra conceptului de intimitate. Din această examinare, am extras șapte componente ale intimității, incluzând încrederea, împărtășirea de experiențe și sentimente, relaxarea granițelor, depășirea rușinii personale, empatia, tandrețea și transcenderea limitărilor de gen. Am pus în discuție condițiile de dezvoltare necesare pentru crearea capacității de atingere a unei astfel de intimități, evidențiind rolul jucat de acordajul matern timpuriu la nevoile și emoțiile copilului și de abilitatea mamei de a tolera o oarecare distanță de copil și de a încuraja

individuația. Am arătat că rafinarea capacității de intimitate are loc în perioada de latență și în adolescență și că adevărata intimitate este realizată prin unirea afecțiunii cu sexualitatea la debutul vieții de tânăr adult. Mai departe, am delimitat patru deformări psihopatologice ale acestei capacități: (i) intimitatea eșuată, (ii) intimitatea floridă, (iii) intimitatea fluctuantă și (iv) intimitatea falsă. Apoi am făcut o incursiune în palierul sociocultural, în termenii influenței acestuia asupra formei, nivelului și atributelor intimității. Iar în cele din urmă am descris poziția intimității în situația analitică, furnizând câteva ilustrări clinice care evidențiază participarea analistului în astfel de momente de contact profund.

Înainte de încheierea acestei treceri în revistă, trebuie să adaug faptul că, la indivizii sănătoși, capacitatea de intimitate nu este utilizată în mod compulsiv. Ea se află sub un control voluntar; individul poate alege să fie intim cu o persoană și să nu fie cu alta. De asemenea, poate să regleze rapiditatea cu care se creează intimitatea. Mai mult decât atât, capacitatea de intimitate nu exclude capacitatea de a relaționa cu alții într-o manieră neintimă. Chiar și cu partenerul de cuplu, gradul de intimitate are suișuri și coborâșuri. În acest sens și pentru a întregi cercul întorcându-mă de unde am plecat, închei această contribuție cu un altul dintre cupletele (*shers*) tatălui meu, care se traduce prin faptul că acela care a devenit cu adevărat sigur de devotamentul persoanei îndrăgostite de el poate dobândi libertatea ca, uneori, să fie indiferent în iubirea sa față de acea persoană. Cuvintele propriu-zise ale tatălui meu (J.N. Akhtar, 1964, p. 32) sunt:

Aitmaad-e-mohabbat to dekhe koi
Un meiN ik khaas begaana-pun aagaya.

SPECTRUL INTIMITĂȚII

Capitolul 2

Atașamentul și intimitatea

April Fallon și Rama Rao Gogineni

Intimitatea, iubirea și compasiunea sunt aspecte interconectate și parțial suprapuse ale experienței umane, care se dezvoltă de-a lungul parcursului vieții. Capacitatea și ușurința de a oferi și de a primi aceste experiențe sporesc calitatea vieții fizice sau sociale ori au potențialul de a îndrepta individul către singurătate, izolare și disperare (Durkheim, Buss, Sennett & Riley, 1897). Fundamentele acestor capacități pot fi înțelese în cadrul de referință al sistemelor de atașament și de îngrijire, care au baze evoluționiste și se formează și restructurează de-a lungul întregii vieți (Bowlby, 1969, 1973, 1980, 2011). În acest capitol, ne îndreptăm atenția asupra manierei în care atașamentul și îngrijirea afectează capacitatea și dorința de intimitate la adulți, împletind teoria, cercetarea și observația clinică. Facem o scurtă trecere în revistă a originilor legăturilor de atașament și ale sistemelor de îngrijire. Evidențiem apoi cercetările din domeniu și furnizăm scurte exemple clinice care ilustrează cum afectează diferențele de atașament dezvoltarea intimității și a relațiilor.

Constructe ale intimității, atașamentului și îngrijirii

Intimitatea

Deși termenul englezesc „*intimacy*" a început să fie folosit ca eufemism pentru actul sexual în secolul al XVII-lea, semnificația lui s-a extins în uzul contemporan (*Online Etymology Dictionary*, 2018; Random House, 2018). „Intim" se referă la privat și personal (Dictionary.com, 2018). Cuvântul latin *intimus* se traduce prin „cel mai adânc, cel mai profund sau foarte secret" (Wiktionary, 2018). Suntem foarte interesați de această semnificație, pentru că se aplică la domeniul relațional — conexiunea personală apropiată, familiară și de obicei plină de afecțiune sau iubire cu o altă persoană. Intimitatea poate implica o apropiere psihică, fizică (incluzând una sexuală și de afecțiune), socială și/sau emoțională. Relațiile intime au loc pe mai multe paliere: fizic, emoțional, social, intelectual, spiritual și recreațional (Bochner, 2017). Intimitatea adultă implică, deci, cunoașterea și acceptarea propriilor sentimente și comportamente, împărtășirea lor sinceră și acceptarea trăsăturilor interne bune și rele, conștiente și inconștiente ale celuilalt. Explorăm maniera în care capacitatea de relaționare intimă este semnificativ influențată de dezvoltarea legăturilor de atașament timpurii. Cassidy (2001) a formulat patru capacități esențiale necesare pentru intimitate, care pot fi considerate ca derivând din îngrijirea sensibilă a principalului îngrijitor și din calitatea ulterioară a atașamentului pe care o dezvoltă copilul — capacitatea de a căuta îngrijire, capacitatea de a oferi îngrijire, capacitatea de a se simți confortabil cu un sine autonom și capacitatea de a negocia. Acestea vor fi explicate mai detaliat odată ce sunt descrise constructele atașamentului și ale îngrijirii.

Teoria atașamentului

Propusă de Bowlby (1958) și dovedită empiric de Ainsworth (1967), teoria atașamentului se plasează într-un cadru de referință evoluționist etologic și darwinist. Esența acesteia constă în ipoteza că bebelușii au o tendință înnăscută de a căuta și a dezvolta o legătură afectivă unică și trainică, pentru a-și mări șansele de supraviețuire. În acest scop, bebelușul este înzestrat cu un repertoriu înnăscut și în curs de dezvoltare de comportamente (de ex., plânsul, zâmbitul), care au potențialul de a activa capacitatea de îngrijire a unui adult cu sensibilitate maternă (Bowlby, 1958).[18] Aceste comportamente devin din ce în ce mai sofisticate și mai interactive pe măsură ce bebelușul se maturizează, iar îngrijitorul devine din ce în ce mai implicat și racordat la idiosincraziile copilului.[19] Dorința de proximitate a copilului variază în funcție de vârsta copilului, de starea lui internă (de ex., dacă este bolnav

---

[18] În cadrul acestei contribuții, ne vom referi frecvent la figura primară de atașament ca una maternă, întrucât majoritatea atașamentelor primare sunt față de mama biologică. Cu toate acestea, legătura primară de atașament poate fi și față de tată sau alt bărbat, față de o rudă sau un părinte adoptiv.

[19] Sistemul de atașament al bebelușului și copilului utilizează o multitudine de comportamente pentru a atinge nivelul de siguranță necesar. Spre exemplu, mersul în picioare și mersul de-a bușilea pot fi echivalente din punct de vedere funcțional în cadrul acestui sistem motivațional, diferențiindu-se în funcție de dezvoltare (Sroufe & Waters, 1977). Într-o etapă ulterioară a dezvoltării, copilul poate apela la o imagine a mamei și trăi sentimentul de siguranță, care servește o funcție similară cu contactul direct, necesar la o vârstă mai mică. De asemenea, același comportament poate servi multiple sisteme; atunci când un copil apelează la mamă, poate face acest lucru din nevoia de siguranță și proximitate, dar poate exprima și o dorință de joacă, ce face parte din sistemul comportamental de sociabilitate (Cassidy, 2016).

sau îi este foame) și de amenințările percepute din partea mediului. Bowlby descrie sistemul de atașament ca făcând parte dintre câteva sisteme comportamentale reglatorii cu bază biologică aflate într-un echilibru dinamic unul cu celălalt. Celelalte sisteme se maturizează și ele pe parcursul dezvoltării. Sistemul exploratoriu îi permite copilului să exploreze lumea și susține supraviețuirea. Atunci când copilul resimte conexiunea maternă ca furnizându-i atât un spațiu de siguranță, cât și o „bază de siguranță", nevoia de comportamente de atașament scade; se extind, în schimb, joaca și explorarea. Sistemul de frică, declanșat de stimuli înspăimântători din mediu, sporește supraviețuirea, în același timp activând căutarea atașamentului și dezactivând comportamentele exploratorii. Sistemul comportamental sociabil sau de afiliere sprijină apropierea de covârstnici și facilitează dezvoltarea de abilități sociale și alte legături de afecțiune ce nu includ atașamentul. Sistemul comportamental de sociabilitate se activează atunci când nu sunt activate cele de atașament și de frică (Cassidy, 2016).

Există o preferință față de o figură de atașament principală, cel mai adesea inițial mama biologică, fapt cunoscut sub denumirea de „monotrofie" (Bowlby, 1969).[20] Atunci când este separat involuntar de figura de atașament, copilul resimte disconfort și caută proximitatea, siguranța și confortul în acel atașament primar (Bowlby, 1973, 1980).

[20] Se dezvoltă însă multiple atașamente în timpul primului an de viață, față de tată, surori și alți membri ai familiei care servesc ca îngrijitori competenți și furnizori de siguranță (Howes & Spieker, 2016). Există în genere o „ierarhie a atașamentului", care se extinde pe parcursul vieții. Cassidy (2016) sugerează că există o „creare a unei ierarhii de legături", prin care copilul își acordează ierarhia de atașament la prioritățile de atașament în ce privește îngrijirea oferită de cei din jurul său. Acest proces sporește șansele de supraviețuire dacă un copil realizează cine este cel mai legat de el.

Dacă separarea persistă, disconfortul și protestele inițiale se transformă în disperare, iar în cele din urmă în detașare. Ontogenia legăturilor de atașament de-a lungul primilor patru ani de viață are o influență semnificativă asupra dezvoltării încrederii, a reglării emoționale, a abilităților sociale, a identității pozitive și a calității relațiilor de-a lungul întregii vieți (Marvin, Brittner & Russell, 2016; Mikulincer & Shaver, 2016).[21]

În relația mamă–copil, legăturile de atașament sunt coconstruite. Un copil, cu tendințe biologice unice, și figura de atașament se angajează într-o multitudine de interacțiuni senzoriale, fizice și verbale zilnice, care se transformă pe parcursul anilor preșcolari. În dezvoltarea normală, relația pornește de la necesitatea proximității fizice, realizând formarea atașamentului primar, pentru a ajunge la o „reprezentare" simbolică mai trainică „în organizarea internă a individului" (Ainsworth, 1989, p. 711). Bowlby s-a referit la această relație internalizată drept un „model intern de funcționare" și a delimitat patru stadii ale dezvoltării. Primul, care durează de la naștere până la aproximativ trei luni, presupune ca bebelușul să privească, să plângă, să apuce și să zâmbească, mama întorcându-i privirile iubitoare, atingându-l și satisfăcându-i cu sensibilitate nevoile biologice și nivelul necesar de confort. În a doua etapă, care se încheie la aproximativ șase–nouă luni, copilul are comportamente din ce în ce mai elaborate față de îngrijitorii familiari, sesizându-se diferențe între vocalizările, gesturile și comportamentele sale exploratorii (Ainsworth, 1967). Calitatea atașamentului este afectată de „măsura în care mama a permis agățarea de ea și urmărirea ei, precum și toate comportamentele asociate

[21] Cu toate acestea, evenimentele de viață și emergența relațiilor noi și importante pot modifica modelele de funcționare internalizate ale legăturilor de atașament pe parcursul vieții (Feeney, 2016).

cu acestea" (Bowlby, 1958, p. 370). Următorul stadiu, de la șase la nouă luni până la între optsprezece luni și doi ani, implică abilitățile crescute de locomoție ale copilului și înflorirea dezvoltării cognitive, care permite ca interacțiunile să devină simbolice. Componenta-cheie — sentimentul stabil de siguranță — se traduce prin noțiunea copilului cu privire la unde pot fi găsite la nevoie figurile de atașament și cum se așteaptă copilul să reacționeze acestea. Bowlby (1969) afirmă că „mamele ai căror copii mici sunt atașați într-un mod mai sigur de ele sunt mame care au reacții prompte și adecvate la semnalele date de bebelușii lor și care se implică în multe schimburi sociale cu aceștia — spre încântarea ambelor părți" (p. 316). În același timp, se observă o creștere a fricii și circumspecției față de persoane nefamiliare. Bowlby a observat că o tulburare semnificativă a acestei legături dintre mamă și copil după depășirea punctului de cotitură al împlinirii unui an de viață augmentează posibilitatea unor consecințe negative pe termen lung. Cercetările în domeniul adopției confirmă că acei copii adoptați după un an au un mai mare potențial de a suferi de tulburări reactive de atașament și stiluri de atașament nesigur, în vreme ce copiii adoptați înaintea vârstei de un an par similari cu majoritatea copiilor biologici.[22] Creșterea fizică, cognitivă și cea emoțională a copilului permit o mai mare flexibilitate a manierei în care este menținut sentimentul stabil de siguranță. În acest stadiu, copilul dezvoltă sisteme comportamentale sociabile, de atașament, de frică și de explorare mai stabile. În ultimul stadiu, de la optsprezece luni și doi ani pe mai departe, este atins un parteneriat orientat pe scop în care atât mama, cât și copilul negociază un plan de proximitate mutual (Bowlby, 1969). Copiii conștientizează că

[22] Vezi Brabender și Fallon (2013), pentru o detaliere a acestor cercetări.

ceilalți au gânduri diferite de ale lor. Componenta centrală a resimțirii sentimentului de siguranță este acum disponibilitatea percepută a obiectului de atașament mai degrabă decât conexiunea fizică. Deși temperamentul copilului, circumstanțele biologice și de mediu sunt importante, calitatea și variațiile capacităților de atașament sunt semnificativ influențate de sensibilitatea și îngrijirea oferite de figura (figurile) de atașament (Bowlby, 1973; Kobac, Zajac & Madsen, 2016).

Cercetările timpurii întreprinse de Ainsworth (1954, 1985), constând inițial în observația familiilor cu bebeluși, apoi în dezvoltarea Testului Situației Necunoscute, au condus spre distingerea a trei strategii specifice pe care copiii mici le utilizează în gestionarea separării și care au ajuns să reprezinte tipuri de atașament pe care le-au prezentat copiii observați: sigur, evitant și ambivalent. Modul în care copiii interacționau cu părinții în timpul jocului și al explorării, cel în care reacționau la scurte separări de figura de atașament și apoi la reuniunile cu aceasta și cel în care reacționau la eforturile de apropiere ale unei persoane străine erau diferite pentru cele trei tipuri. Copiii cu atașament sigur exprimau disconfort la plecarea mamei, dar se calmau la întoarcerea ei. Acești copii erau interesați de mediul lor atunci când figura de atașament era prezentă. Cei din grupul de copii evitanți păreau relativ netulburați de plecarea mamei și nu căutau reuniunea cu ea atunci când se întorcea. Grupul de copii anxioși-ambivalenți erau tulburați de plecarea mamei. Atunci când mama se întorcea, păreau să-și dorească să fie consolați, dar respingeau încercările mamei de a face acest lucru, continuând să-și exprime disconfortul. Acești copii sunt reticenți la a explora mediul chiar și atunci când mama este prezentă. Main și Solomon (1990) au adăugat stilul de atașament dezorganizat, în cazul căruia copilul prezintă comportamente în opoziție, alternând între a apela la mamă și a

rămâne blocați odată cu reuniunea. Interviul de Atașament al Adultului a fost dezvoltat ca metodă alternativă de evaluare a adulților, oglindind situația necunoscută pentru copii (George, Kaplan & Main, 1985). Amintirile adulților cu privire la figurile primare de atașament sunt evaluate în termenii coerenței și ai integrării. Pentru a înțelege mai în detaliu atașamentul la copil, vom prezenta sistemul complementar de îngrijire maternă și vom pune în discuție relația dintre îngrijire și atașamentele copilului.

Sistemul de îngrijire

Atașamentul a fost conceptualizat inițial drept conexiunea copilului cu principalul îngrijitor (Bowlby, 1969). Sistemul comportamental de îngrijire constituie răspunsul complementar, bazat pe sensibilitatea și eficacitatea îngrijitorului în a furniza un spațiu de siguranță (siguranță în fața pericolelor, acces la alinare în momentele de disconfort) și o bază de siguranță (sprijin pentru explorarea lumii și încurajarea dezvoltării psihologice și sociale) a copilului. Ainsworth (1985), în cadrul cercetării întreprinse asupra mamelor din Baltimore și Uganda, a descoperit că figurile de atașament care reacționează cu promptitudine și sensibilitate încurajează atașamentul sigur al copiilor lor. Metaanalizele au confirmat legătura dintre sensibilitatea maternă, atașamentul matern și atașamentul sigur al copilului (DeWolff & Van Ijzendoorn, 1997; Van Ijzendoorn, 1995). În mod similar, o metaanaliză axată pe sensibilitatea paternă a demonstrat o legătură modestă, dar semnificativă cu tipul de atașament al copilului (Lucassen et al., 2011).[23] Transmiterea intergenerațională a acestor relații

[23] Analizând 64 de studii de cercetare publicate în urma acestor metaanalize, s-a conchis că îngrijirea parentală este corelată și cu tiparul de atașament al adulților (Jones, Cassidy și Shaver, 2015).

nu poate fi explicată din perspectiva geneticii (Feeney & Woodhouse, 2016).[24]

În plus față de consecvență și reactivitate, ce alte aspecte ale îngrijirii sunt responsabile în mod mai specific pentru această legătură cu atașamentul copilului? Examinând cercetările în domeniu, Solomon și George (2008) susțin că echilibrul, coerența și flexibilitatea îngrijitorului matern au impact asupra legăturilor de atașament. Copiii care au un atașament sigur față de mamele lor au un mai mare potențial de a avea reprezentări ale unor mame flexibile și coerente. În contrast, copiii cu un atașament nesigur au reprezentări neintegrate și ostile ale mamelor. Bowlby (1980) caracterizează procesele aflate la baza acestor diferențe ca fiind un rezultat al metodelor inconștiente ale mamelor de procesare a conexiunilor relaționale și a amintirilor aferente. Aceste apărări constituie „o excludere a unor procesări ulterioare ale informațiilor de anumite tipuri specifice, pentru perioade de timp relativ lungi sau chiar definitiv" (p. 45). Există trei forme de excludere: dezactivare, deconectare cognitivă și segregare (Bowlby, 1980; Solomon & George, 2008).

Mamele care utilizează dezactivarea își gestionează anxietățile cu privire la siguranță și pierdere în cadrul relației, diminuând importanța conexiunii relaționale, chiar și când copiii au mai puțin de un an. Deși se poate ca aceste mame să fie coerente, responsabile și să se considere implicate, se întâmplă adesea să-și supravegheze copiii de la o distanță psihică. Spre exemplu, atunci când mama unui bebeluș de două luni s-a hotărât să revină la

[24] În cadrul mediilor și populațiilor omogene, caracterul ereditar este mai pronunțat decât în regiunile cu eterogeneitate mai accentuată (Bakersmans-Kranenburg & Van Ijzendoorn, 2016). Acest lucru sugerează că și copiii ar putea să se diferențieze în termenii receptivității față de consecvența parentală și ai eforturilor de creare a unei relații fizice și emoționale (Belsky, 1997).

serviciu, ceea ce implica să fie pentru multă vreme plecată de-acasă, a apelat la raționalizarea că tatăl și bunica îi pot oferi toată îngrijirea necesară copilului în absența ei. Organizase un program foarte elaborat și făcea liste de sarcini care trebuiau îndeplinite, părând totuși să acorde foarte puțină atenție ideii că bebelușului i-ar fi fost dor de ea sau ei de el. Aceste mame încurajează explorarea timpurie și valorizează achizițiile copilului precum vorbirea. Mamele care se folosesc într-o măsură semnificativă de această strategie relațională ajung deseori să aibă copii cu un stil de atașament evitant. Atunci când mamele utilizează deconectarea cognitivă, afectele și evenimentele pe care le trăiesc sunt deconectate; nici unele dintre ele nu sunt nici întru totul prezente în minte, dar nici excluse. În contrast cu mamele care se folosesc de dezactivare, aceste mame furnizează o supraveghere fizică și psihică de îndeaproape și nu se pot separa de disconfortul psihic și fizic al copilului.

Acestea își exprimă frecvent intensa anxietate cu privire la siguranța copilului și la lipsa lor de control în privința acesteia, externalizându-și furia asupra persoanelor străine. Mamele care se folosesc preponderent de această strategie au copii cărora le este teamă de explorare și adesea prezintă stiluri de atașament anxios-ambivalente. Spre exemplu, un pediatru a făcut o recomandare de terapie unei mame al cărei bebeluș era deshidratat și emaciat. Acesta părea să fie rezultatul unei lactații foarte reduse a mamei, dar care refuza să-i suplimenteze hrana, învinovățindu-i pe consultanții în alăptare că nu i-au acordat mai multă asistență. Alăptatul era extrem de important pentru sentimentul ei de competență ca mamă. Nu realiza pericolul în care se afla copilul ei. De asemenea, nu le permitea tatălui și rudelor să țină bebelușul în brațe sau să o ajute la îngrijirea lui, temându-se că l-ar scăpa din brațe.

O utilizare a „apărărilor prin segregare" este cea mai patologică și, deseori, rezultatul unor traume suferite de mamă, fie inconștiente, fie conștiente. Acestea îi parazitează gândurile și o copleșesc într-o asemenea măsură, încât nu poate să întâmpine într-o manieră adecvată nevoile bebelușului ei, lăsându-și copilul să dezvolte un atașament dezorganizat, care implică riscul de a dezvolta ulterior o psihopatologie mai severă (Solomon & George, 2008). Fraiberg et al. (1975) oferă câteva exemple excelente ale acestui tip de mame.

Cercetările cu privire la această temă au adus la iveală doi alți factori importanți pentru dezvoltarea atașamentelor sănătoase. Primul este „interesul pentru mintea celuilalt" arătat de îngrijitor față de copil, anume admiterea faptului că un copil deține o minte separată de cea a îngrijitorului (Meins et al., 2012). Cunoașterea profundă, intuitivă a copilului și respectarea existenței separate a acestuia oferă un model pentru acuratețea empatică ulterioară în privința celuilalt. În al doilea rând, evitarea de către îngrijitorul primar a apropierii (privit în ochi, zâmbit, îmbrățișat, giugiulit etc.) și o expunere diminuată a emoțiilor sunt asociate cu o îngrijire mai puțin sensibilă și mai puțin reactivă. Evitarea timpurie și lipsa conexiunii fizice și emoționale pun bazele unui model de funcționare a relațiilor adulte în care comportamentele intime sunt absente. Pe parcursul dezvoltării, mamele și alți îngrijitori nu sunt perfecți. Majoritatea copiilor tolerează un anumit nivel de insensibilitate parentală, atâta vreme cât îngrijitorii principali nu sunt ostili sau înspăimântători și ar putea gestiona într-o manieră rezonabilă echilibrul atașament–explorare. Anume, majoritatea îngrijitorilor pot fi intruzivi și insensibili atâta vreme cât intruziunile lor nu activează sistemul de atașament al copilului (Feeney & Woodhouse, 2016). S-a demonstrat că terapia și chiar intervențiile de scurtă durată care îmbunătățesc

sensibilitatea parentală conduc la o creștere a nivelului de siguranță în atașamentul copilului (Bakermans-Kranenburg, Van Ijzendoorn & Juffer, 2003).

Capacitățile de îngrijire sunt o funcție proprie celor care au fost la rândul lor îngrijiți. Sprijinul fizic, cel emoțional și cel instrumental duc la creșterea sănătății psihice prin furnizarea unui mediu sigur atunci când copiii resimt disconfort (un spațiu de siguranță) și prin sprijinirea dezvoltării lor personale printr-o plasă de siguranță pe care să se poată bizui la nevoie (bază de siguranță). Îngrijirea eficientă determină calitatea legăturii de atașament dintre copil și mamă și are un puternic impact asupra capacității copilului de a deveni un viitor îngrijitor pentru copiii proprii, precum și asupra capacității de a crea legături romantice și de amiciție.

Așa cum a sugerat Freud, este foarte probabil ca structurile psihice și comportamentele să aibă baze biologice. Cercetările din domeniul neurobiologiei, aflate încă la început, au indicat că două sisteme neuroendocrine, cel ocitocinergic și cel dopaminergic, sunt implicate în atașament și îngrijirea maternă. Primul este important în formarea amintirilor sociale, a comportamentului de afiliere și a reglării afective (Diminich & Bonanno, 2014; Strathearn, 2011). Cel de-al doilea este implicat în sistemul de recompense. Există în curs noi cercetări (în cea mai mare parte pornind de la modelul animal) care sugerează că eliberarea de ocitocină, o neuropeptidă asociată hormonului pituitar posterior, este implicată în legătura de atașament matern.[25] S-a observat că nivelul de ocitocină începe să crească înspre sfârșitul sarcinii, iar după naștere

[25] La femeile însărcinate (și în urma sarcinii) are loc o creștere a nivelului de estrogen, care produce o augmentare a receptorilor de ocitocină din creierul anterior. La șobolani, injectarea de ocitocină sporește comportamentul matern, iar blocarea acesteia diminuează comportamentul matern.

noile mămici prezintă un nivel extrem de crescut al substanței. Ocitocina ajută în procesul nașterii și în alăptare. Ca răspuns la cerințele sociale, s-a mai observat și că acest hormon activează sistemul dopaminergic de recompense, ceea ce poate ajuta la a explica plăcerea intensă pe care mamele o resimt în relație cu nou-născuții lor. Este foarte probabil ca aceste două sisteme să fie interconectate cu vocalizările și stimularea tactilă a bebelușului, eliberând ocitocină, ceea ce poate avea ca rezultat activarea căii dopaminergice de recompense. În plus, ocitocina pare să aibă efecte anxiolitice de lungă durată. Femeile care spun că au fost neglijate afectiv în copilărie prezintă niveluri mai scăzute de ocitocină, iar mamele care își neglijează bebelușii par și ele să dețină indicatori mai scăzuți de ocitocină. Indivizii cu atașament nesigur și de respingere prezintă atât o activare redusă a sistemului dopaminergic de recompense atunci când li se expun chipuri de bebeluși, cât și un nivel scăzut de ocitocină, ca răspuns la contactul mamă–bebeluș (Strathearn, 2011). Există, de asemenea, o corelație între nivelurile de ocitocină mamă–bebeluș. La tați, nivelul de ocitocină crește, dar numai după naștere. Așadar, se pare că ocitocina conduce la augmentarea comportamentelor de îngrijire ale mamelor și taților, comportamente care sunt recompensatoare, deci de întărire. Acestea corespund, la rândul lor, cu sistemele neurobiologice de afiliere și plăcere ale nou-născuților (Bretherton & Munholland, 2016). Îngrijirea influențează atașamentul, iar atașamentul influențează apoi următoarea generație de îngrijitori. Este foarte probabil ca aceste sisteme să fie amorsate la nivel biologic și să se actualizeze diferit în funcție de evenimentele determinante din mediu.

Atașamentul din leagăn până în mormânt

Bowlby (1969) distinge legăturile de atașament de alte relații sociale ca având caracteristici definitorii, precum spațiul de siguranță, menținerea proximității, disconfortul la separare și baza de siguranță. Legăturile de afecțiune sunt conexiuni emoționale față de o anumită persoană care nu furnizează în mod necesar protecție, dar satisface nevoile de conexiune socială ale oamenilor. Inițial, toate relațiile ulterioare erau văzute ca fiind de afecțiune. Cu toate acestea, în cadrul lucrării sale de mai târziu, Bowlby (2011) a sugerat: „Cu toții, de când suntem în leagăn și până ajungem în mormânt, ne simțim cel mai bine atunci când viața este organizată ca o serie de incursiuni [...] având ca punct de plecare baza de siguranță oferită de figura (sau figurile) de atașament" (pp. 110–111). Cercetările ulterioare cu privire la partenerii romantici sugerează nu numai că aceste legături de cuplu funcționează ca figuri de atașament, ci și că există o adaptare evoluționistă la această conexiune (Zeifman & Hazan, 2016). Pe măsură ce copilul crește, au loc trei modificări ale atașamentului care a debutat cu legătura primară de atașament. În primul rând, necesitatea de proximitate este treptat înlocuită cu o reprezentare mentală. În al doilea rând, atingerea, ce are un rol pregnant în atașamentele timpurii, începe treptat să includă intimitatea sexuală pe parcursul adolescenței și al vieții de tânăr adult. În al treilea rând, asimetria îngrijirii din copilărie este substituită de un sentiment de siguranță împărtășit și de așteptări și comportamente de îngrijire de o mai mare reciprocitate.

În vreme ce părinții continuă să ofere o bază de siguranță de-a lungul unei mari părți a adolescenței, între vârstele de opt și paisprezece ani, copiii preferă să primească sprijin emoțional din partea covârstnicilor mai degrabă decât din partea părinților. Și majoritatea adulților

preferă să caute sprijin și siguranță printre covârstnici, nu de la părinți. O legătură de atașament pe deplin formată înseamnă însă mai mult decât o simplă preferință cu privire la căutarea sprijinului; durează mult să recreăm caracterul primar pe care îl avea legătura maternă. Studiile neuroimagistice arată că activarea cerebrală în relațiile timpurii implică sistemul dopaminergic, în timp ce la indivizii aflați în relații de cuplu cu o durată mai mare de doi ani are loc o activare a regiunilor sensibile la opioide, regiuni asociate atașamentului matern (Acevedo, Aron, Fisher & Brown, 2012). Atingerea fizică dintre o mamă și copilul său se extinde, pentru a include la adulți contactul sexual intim, acesta din urmă generând o creștere bruscă a nivelului de ocitocină, atât la femei, cât și la bărbați. Acest lucru indică faptul că o serie de contacte sexuale și intime repetate sprijină dezvoltarea atașamentului la adulți (Young & Wang, 2004). Atașamentul primar dintre părinte și copil se redirecționează în adolescență și în viața adultă înspre un partener sexual pe termen lung. Iubirea și intimitatea activează aceleași căi neuronale pe care le activează atașamentul (Fischer, Aron, Mashek, Strong, Li & Brown, 1998). Pierderile, precum moartea, prezintă aceleași componente ca pierderile de atașament timpuriu (Fraley & Shaver, 2016). Relațiile romantice cu durată mai mare de doi ani (adesea numite legături de parteneriat) pot conține cele patru componente esențiale ale atașamentului (menținerea proximității, disconfortul la separare, spațiul securizant și baza de siguranță) pe care le prezintă legătura primară de atașament mamă–bebeluș (Fraley & Davis, 1997; Fraley & Shaver, 2000; Zeifman & Hazen, 2016).[26] Zeifman și Hazen (2016) susțin (și

[26] Conceptualizarea empirică a atașamentului s-a modificat, abordarea bazată pe „stiluri" propusă de Bowlby și Ainsworth fiind abandonată în favoarea abordării dimensionale, preferată în mod curent de autori. Abordarea dimensională este centrată în

furnizează dovezi empirice) ideea că legăturile de lungă durată nu doar contribuie la supraviețuirea și condițiile propice de reproducere a descendenților, ci sporesc și sănătatea fizică și mentală a cuplului. Atunci când legăturile de lungă durată sunt sigure, există multiple avantaje de-a lungul vieții (Ainsworth, 1989; Bowlby, 1969, 2011).

În ce fel atașamentul timpuriu afectează dezvoltarea intimității adulte

Relația dintre atașament și intimitate sugerează că atașamentele timpurii formează bazele calității relațiilor romantice ulterioare și a manifestării intimității (Mayseless & Scharf, 2007). Studiile neuroimagistice indică faptul că în relațiile adulte, intimitatea și atașamentul au arii destul de semnificative de suprapunere în cadrul sistemelor ocitocinergice și dopaminergice activate. Atunci când acestea nu sunt activate, observăm atât o calitate mai slabă a atașamentului, cât și niveluri mai scăzute ale intimității atinse. Începând din adolescență, sexualitatea este asociată cu intimitatea și atașamentul. Există dovezi ale faptului că activitatea sexuală favorizează atașamentul adult; ocitocina, implicată în atașamentul matern, prezintă o foarte mare creștere, atât la bărbați, cât și la femei, în timpul orgasmului, iar relațiile care evoluează devenind legături de atașament sunt acelea în care există o

---

jurul a două dimensiuni ortogonale: anxietatea și evitarea (Feeney, 2016). Aceia care au un nivel redus în ambele privințe sunt considerați a avea atașamente sigure. Cei cu o anxietate crescută și cu un nivel de evitare scăzut sunt considerați preocupați (anxioși-ambivalenți). Cei care prezintă un nivel înalt atât de anxietate, cât și de evitare sunt considerați ca având un atașament temător (Fraley, 2010).

excitație fiziologică pronunțată. O legătură de atașament cu un partener sexual menține cuplul împreună și sporește șansele de supraviețuire, pentru că amândoi își vor proteja descendenții.

Legăturile de atașament timpurii au impact asupra competențelor și comportamentelor sexuale de la vârsta adultă. S-a descoperit că adulții cu un atașament sigur au un mai mic potențial de a se angaja în aventuri de-o noapte, aceștia raportând implicarea în activități sexuale reciproc satisfăcătoare și plăcerea adusă de contactul sexual. În contrast, femeile cu atașament anxios raportează un nivel mai înalt de exhibiționism, voaiorism și dominare–supunere, iar bărbații cu atașament anxios sunt mai reticenți în privința activității lor sexuale. Adulții evitanți raportează un nivel scăzut al plăcerii date de contactul fizic, precum și implicarea în mai multe aventuri de-o noapte și mai multe contacte sexuale în afara relației principale (Cassidy, 2001).

În cadrul modelului de funcționare internă, reprezentările mentale ale sinelui și ale sinelui în relație cu persoane importante pot afecta interesul individului și capacitatea acestuia de a avea relații intime. Dorința de a fi cu celălalt, de a-l cunoaște în profunzime, de a-i împărtăși părți din sine, deținerea capacității de a fi consolat de celălalt constituie aspecte importante ale unei relații intime. Atașamentul sigur este asociat cu capacitatea de intimitate în următoarele șase domenii: (i) dorința de a se găsi într-o relație intimă, (ii) percepția întemeiată și corectă a intensității acesteia, (iii) disponibilitatea și interesul de a obține îngrijire din partea celorlalți, (iv) oferirea de îngrijire a celorlalți, (v) a fi confortabil cu propriul sine autonom și (vi) capacitatea de a gestiona diferențele (Cassidy, 2001).

Percepția și evaluarea apropierii

Un studiu de cercetare adresat cuplurilor căsătorite a indicat faptul că aceia care au un atașament sigur sunt confortabili cu intimitatea, acordă încredere mai repede și raportează o mai mare satisfacție maritală decât aceia cu un atașament mai puțin sigur (Feeney, 1996). Cei preocupați și temători depindeau de alții în termenii valorii autoatribuite, își făceau intens griji cu privire la relațiile lor și erau nesatisfăcuți de relațiile lor apropiate. Indivizii cu atașament sigur tind să creeze cupluri cu alți indivizi cu atașament sigur, iar aceia cu atașamente sigure au un mai mare potențial de a trăi experiența intimității în relații (Bartholomew, 1990).

Teoria atașamentului sugerează că relațiile intime se formează prin prisma experienței de atașament timpuriu mamă–copil. Acest lucru îi oferă unui individ cu atașament sigur posibilitatea de a percepe pe cineva ca fiindu-i compatibil și de a cocrea o dinamică relațională care furnizează siguranță și confort, permițând creșterea (Ren, Arriaga & Mahan, 2017). Un sondaj online exhaustiv, incluzând 150 000 de participanți, a arătat maniera în care oamenii definesc și percep intimitatea și a încercat să coreleze aceste date cu stilurile de atașament (Hudson & Fraley, 2017). Cercetătorii au descoperit că indivizii care prezintă niveluri înalte de anxietate au cerințe mai complexe, pentru a considera o relație ca fiind una apropiată, decât cei cu un atașament sigur; cei din prima categorie au nevoie de mai mult timp, afecțiune și autodezvăluire pentru a percepe o relație ca fiind „apropiată". În contrast, cei cu un nivel înalt de evitare își doresc mai puțină afecțiune, mai puțin timp și mai puțină autodezvăluire pentru a considera că o relație este intimă. În cadrul acestui studiu, au fost prezentate viniete cu scurte povești de viață, reprezentând niveluri scăzute și înalte de intimitate,

iar participanții au alocat scoruri pentru nivelurile de apropiere percepută. Cei cu atașament anxios percepeau indivizii din poveștile de viață prezentate ca fiind mai puțin apropiați decât o făceau cei cu atașament sigur. Cei cu nivel mai înalt de evitare percepeau vinietele ca reflectând mai multă apropiere. Aceste diferențe erau mai exagerate în cazul acelor viniete menite să prezinte niveluri mai scăzute de apropiere.

Acest studiu sugerează că indivizii foarte anxioși își doresc mai multă apropiere și au un potențial mai mic de a recunoaște apropierea decât cei mai puțin anxioși. Persoanele evitante necesitau mai puțin timp, afecțiune și autodezvăluire pentru a defini o relație ca apropiată și percepeau mai multă apropiere decât era înfățișată de fapt în vinietele referitoare la relații. Studiul a demonstrat că atașamentul evitant și cel anxios influențează criteriile resimțite de fiecare ca reprezentând un comportament de „apropiere" și conduc la o percepție eronată a intimității. Aceste descoperiri au fost confirmate și de alte cercetări (Pietromonaco & Beck, 2015), care indică faptul că oamenii au deformări de percepție și amintiri reconstruite, așa încât să fie în concordanță cu strategiile de reglare a afectelor care le sunt caracteristice (Dykas & Cassidy, 2011). Astfel, comparând indivizii nesiguri cu cei mai siguri, primii dintre aceștia au un potențial mai mare de a-și aminti evenimentele negative și de a interpreta aceste evenimente ca reprezentând o mai mare amenințare pentru relație.

Vinietă clinică: 1

Mark și Joanna prezintă aceste diferențe cu privire la atașament și intimitate. Amândoi se aflau de câțiva ani în terapii individuale în momentul în care a părut că starea de conflict din cadrul căsniciei lor de zece ani a crescut

peste nivelul pe care îl puteau tolera. Mark era un bărbat de carieră și lucra foarte mult. Joanna lucra cu jumătate de normă și ei îi reveneau majoritatea responsabilităților de îngrijire a celor doi copii mici ai cuplului. Mark era nemulțumit de viața lor sexuală, de cât timp petrecea cu soția lui și de nivelul general al intimității dintre ei. Își dorea să existe un oarecare contact în timpul zilei — „un telefon sau un mesaj din când în când". Joanna se simțea prea ocupată, prea încărcată și nu vedea necesitatea unei astfel de conexiuni. Considera că cerințele lui erau prea solicitante, date fiind serviciul ei și responsabilitățile de îngrijire a copiilor și a casei. În timpul săptămânii, se simțea prea obosită pentru sex. Când Mark ajungea acasă, seara târziu, Joanna, care abia culcase copiii, se uita la televizor sau vorbea cu prietenele. Pe el îl înfuria faptul că ea alegea aceste activități în loc să stea de vorbă cu el. Uneori, ajungeau la certuri și țipete, dar nu și la o soluție. Mark rămânea cu gândul la ceartă, la furia și anxietatea lui, dar nu spunea nimic despre acestea. Joanna părea în schimb să fie capabilă să lase deoparte intensitatea certurilor. Avea multe prietene de la serviciu și din vecinătate. El avea un singur prieten, cu care se vedea rar. Chiar când cei doi încercau să facă un compromis, Mark avea impresia că interesul și eforturile Joannei erau insuficiente, iar Joanna era de părere că solicitările lui erau insațiabile.

Terapeutul de cuplu la care mergeau a încercat o abordare psihoeducațională/cognitiv-comportamentală, vizând negocierea diferențelor. După un an, acel tratament s-a încheiat fără să se fi produs vreo mare schimbare. Al doilea terapeut de cuplu căruia i s-au adresat s-a concentrat pe problematica de atașament. Mark avea un atașament marcat de o anxietate intensă, care nu putea fi calmată decât prin contactul cu Joanna. Joanna avea un

atașament evitant, ceea ce echivala cu a-și dori mai puțin contact, mai puțină implicare emoțională și cu faptul că îl percepea pe Mark ca fiind intruziv în spațiul ei. Mark rămânea îngrijorat cu privire lipsa de intimitate și trecea prin perioade de neîncredere, încercând atunci s-o verifice, citindu-i e-mailurile. În schimb, Joanna era capabilă să ia o distanță psihică față de conflicte și se folosea de multele ei relații de afiliere pentru a-și reduce disconfortul și a-și satisface nevoile de intimitate. Cei doi aveau percepții diferite cu privire la ce însemna intimitatea și erau destul de inflexibili și de rezistenți la schimbare. Însă, când Mark se retrăgea în cele din urmă, devenea deprimat și se gândea să plece, Joanna făcea un efort semnificativ de a-i satisface nevoile pentru o scurtă perioadă. La un moment dat, Joanna se epuiza emoțional, devenea incapabilă să mai susțină efortul și se retrăgea. Apoi ciclul se repeta, Mark devenind preocupat în tăcere, apoi solicitant. Când Joanna se adapta la nevoile lui, Mark se înfuria c-a trebuit să insiste.

Joanna se simțea iubită de părinții ei. Cu toate acestea, îi descria ca fiind niște indivizi destul de stricți, intoleranți la „prostii" și la „văicăreli", rigizi emoțional, atitudini pe care le transmiseseră copiilor. Mark își descria mama ca narcisică, iar tatăl ca incapabil. Pentru a menține conexiunea, devenea anxios și hipervigilent față de stările lor emoționale. Acest al doilea terapeut de cuplu a făcut progrese modeste în a-l ajuta pe fiecare să conștientizeze diferențele între stilurile relaționale și afectivitatea lor, cum se dezvoltaseră acestea și cum se manifestau în interacțiunile dintre ei. Fiecare a dezvoltat o oarecare empatie față de celălalt.

Un aspect interesant cu privire la fiecare dintre stilurile lor era că Mark încerca să se asigure în mod direct și în privat de ajutorul terapeutului de cuplu, exprimându-și

nemulțumirea de care adesea nici nu-i vorbea Joannei, sperând că terapeutul îi va transmite acest lucru. Joanna și Mark aveau capacități diferite de a-și conștientiza propriile nevoi de îngrijire și de a o cere atunci când era cazul. Așteptarea lui Mark, ca terapeutul să-i vorbească soției sale despre nevoile lui mai degrabă decât să-i prezinte el însuși în mod direct cererile sale de îngrijire, evidențiază diferențele între așteptările membrilor cuplului cu privire la ce-ar trebui să „știe" ceilalți.

Membrii cuplurilor intime se simt liberi să dezvăluie părți din ei înșiși pe care nu le-ar dezvălui altora, atât emoții pozitive, cât și negative. În cadrul unui studiu interesant care a vizat cupluri nou-căsătorite de-a lungul unei perioade de doi ani, bazat pe însemnări zilnice într-un jurnal, atașamentul a fost corelat cu tipurile de interacțiuni și conflicte (Freeney, Noller & Callan, 1994). Atunci când soții erau confortabili cu apropierea și intimitatea, erau mai deschiși, mai implicați și mai satisfăcuți în relație. În contrast, atunci când soțiile prezentau un nivel înalt de atașament anxios, erau mai nesatisfăcute și resimțeau conflictele ca fiind mai constrângătoare și mai tulburătoare. Când nivelurile de anxietate și evitare sunt înalte, este mai puțin probabil să existe încredere și sprijin, ceea ce va avea probabil ca rezultat o slabă gestionare a conflictului, absența intimității și mai puțină satisfacție în relație (Khalifian & Barry, 2016).

Interesul de a obține îngrijire și capacitatea de a căuta îngrijirea la nevoie

Se prea poate ca dorința de îngrijire și capacitatea de a căuta îngrijire să constituie predispoziții înnăscute, întrucât sporesc șansele de supraviețuire. Individul trebuie să

aibă încredere că ceilalți sunt disponibili să-i ofere o îngrijire sensibilă și receptivă. Cercetările sugerează că, atunci când atât preșcolarii, cât și școlarii au un atașament sigur, aceștia au reprezentări pozitive ale mamelor lor ca fiind disponibile, receptive și consolatoare. Astfel, lor le este confortabil să caute îngrijirea. Pe măsură ce adolescenții și adulții cu atașament sigur încep noi relații, se așteaptă și se încred în faptul că alții îi vor accepta, le vor oferi îngrijire dacă au nevoie de ea, iar acest lucru va contribui la intimitate (Cassidy, 2001). Copiii cu atașament evitant au mame cărora le este adesea inconfortabil contactul fizic apropiat. Acești copii prezintă dificultăți când trebuie să caute îngrijire. În Situația Necunoscută, acești copii, atunci când erau separați de principalul îngrijitor, se foloseau de „activități de distragere" pentru a gestiona separarea, concentrându-se mai degrabă pe jucării decât pe separare. Copiii de acest tip par să nu fie deranjați de separare, dar indicatorii vegetativi indicau o creștere a ritmului cardiac, și nu o scădere a acestuia, care însoțește de obicei joaca autentică (Spangler & Grossman, 1993). S-a descoperit că, în genere, acești copii fac contact vizual doar dacă nu sunt într-o stare de disconfort puternic. Lor le lipsesc reprezentările mamelor ca fiind o sursă de sprijin. După modelul mamelor, și ei neagă importanța relației primare. Adulții cu atașament evitant întâmpină dificultăți de căutare a îngrijirii.

Vinietă clinică: 2

Lucinda, o tânără adultă, locuise cu părinții după terminarea facultății, deși acest lucru nu era necesar din punct de vedere financiar. Cu toate acestea, rareori lua masa cu familia și detesta să socializeze cu ei. O descria pe mama sa ca fiind caustică, iar pe tatăl său ca fiind

mai cald, dar mai implicat în viața sa profesională decât în familie. Lucinda povestea că detesta să fie atinsă de membrii familiei, dar îi făcea plăcere contactul fizic cu prietenii. Însă majoritatea prietenilor ei erau virtuali și pe foarte puțini dintre ei îi întâlnise de fapt în persoană. Își dorea un partener, dar răspundea cu dispreț la încercările unora de a crea o intimitate cu ea.

Când mama ei era pe moarte, Lucinda și-a exprimat nerăbdarea ca acest lucru să se întâmple. Pe parcursul înrăutățirii stării mamei, a respins solicitările de a petrece timp cu aceasta. Când mama ei a murit, și-a exprimat nemulțumirea că trebuie să participe la înmormântare, s-a simțit forțată că trebuia să plănuiască ritualurile de înmormântare alături de familie și nu găsea nicio consolare în vizitele și condoleanțele oferite de rude. Aproximativ în aceeași perioadă, atenția pe care o acorda de obicei înfățișării sale exterioare, care trebuia să fie fără cusur, s-a deteriorat, iar aspectul i-a devenit foarte neîngrijit. Relația terapeutică oglindea celelalte relații din viața ei. Respingea în mod direct semnificația acesteia, dădea deseori vina pe terapeut pentru că nu-i acorda sprijinul și îngrijirea necesare, dar, de-a lungul a câțiva ani, nu lipsise de la nicio ședință.

Atunci când mamele sunt imprevizibile, însă în același timp sunt fățiș intruzive, copiii devin hipervigilenți. Acești copii cu atașament nesigur-ambivalent nu se calmează în urma reunirii de după o separare. Se caracterizează printr-o emoție negativă exagerată, care tinde să se cronicizeze. În timpul vieții adulte, această hiperactivare ia forma unei dorințe pregnante de apropiere intensă. Deși, inițial, acest lucru ar putea da naștere unei forme acceptabile de atenție și interes față de ceilalți, pe termen lung conduce la a se simți amenințați atunci când partenerul își

dorește autonomie și creștere personală. Exemplul anterior al lui Mark este o bună ilustrare.

Bebelușul sau copilul cu un atașament dezorganizat caută îngrijirea din partea unei persoane care îl înspăimântă. Sunt prevalente reprezentările mentale ale mamelor ca fiind ostile, violente și incoerente, fapt care interferează cu intimitatea cu un altul, întrucât individul are foarte puțină încredere că s-ar putea baza pe acea relație.

Vinietă clinică: 3

Mira, o femeie de peste 30 de ani, ne oferă un exemplu. Deși avea o carieră de succes și era destul de atrăgătoare fizic, majoritatea legăturilor ei romantice se limitau la aventuri de-o noapte. Amintirile cu privire la mama sa includeau îngrozitoarea conștientizare a faptului că, pentru a-și procura droguri, mama ei era dispusă s-o vândă pe Mira pentru sex atunci când aceasta abia intrase în adolescență. Deși pacienta afirma că își dorea o conexiune intimă, era de fapt înspăimântată și neîncrezătoare în încercările aparent autentice făcute de unele persoane în acea direcție. Exprima ambivalență cu privire la dorința de a fi îngrijită și iubită. Avea aventuri cu bărbați cărora le plăceau practicile de legare în timpul actelor sexuale și ocazional se regăsea și ea angajându-se în practici sadice. Perioadele ei de disociere erau derutante pentru partener, care rămânea interesat de ea, în vreme ce ea oscila între a se agăța de acesta și a-l evita.

Capacitatea de a oferi îngrijire la nevoie

Capacitatea de a realiza când cineva are nevoie de îngrijire, de a fi receptiv la tipul de îngrijire necesară, apoi de a fi capabil să o ofere facilitează crearea unei conexiuni intime (Cassidy, 2001). Îngrijirea include sprijin emoțional și instrumental; aceasta sporește starea psihică de bine prin reducerea disconfortului partenerului și prin sprijinirea creșterii personale a acestuia, furnizându-i o bază de siguranță. Experiențele de atașament ale individului îi influențează așteptările cu privire la suportul social pe care presupune că îl va primi. Dacă au primit o îngrijire adecvată, copiii vor tinde să creadă că se pot baza pe ceilalți pentru a le acorda sprijin. Cele mai cercetate componente ale îngrijirii sunt sensibilitatea și receptivitatea.

Sensibilitatea se referă la capacitatea cuiva de a detecta disconfortul celuilalt și de a-i oferi acestuia exact tipul și cantitatea de sprijin de care are nevoie și pe care și-o dorește. Copiii cu atașament sigur sunt capabili, începând chiar de la vârsta de patru ani, să simtă disconfortul celuilalt (Cassidy, 2001). Adulții cu atașament sigur au un mai mare potențial decât cei cu atașament nesigur de a oferi îngrijire și sprijin sensibil partenerilor (Feeney, 1996). Adulții cu atașament nesigur par uneori să nu realizeze că partenerii lor au nevoie de sprijin sau le oferă un sprijin lipsit de sensibilitate. Cercetările sugerează că indivizii par să beneficieze cel mai mult din punct de vedere psihic de pe urma sprijinului atunci când nu realizează la nivel conștient că primesc respectivul sprijin (Bolger & Amarel, 2007).

Receptivitatea la conștientizarea îngrijirii necesare este de asemenea un aspect important al intimității. Un studiu vizând cupluri căsătorite a indicat faptul că atașamentul sigur este asociat cu îngrijirea benefică și satisfacția în căsnicie (Feeney, 1996). Celor cu atașament sigur le este

confortabilă intimitatea și au încredere în ceilalți cu mai mare ușurință. Cei preocupați și temători depind de ceilalți în privința sentimentului propriei valori și își fac griji cu privire la relațiile lor. Indivizii cu atașament sigur oferă îngrijire mai receptivă și mai puțin compulsivă. Indivizii evitanți sunt mai puțin sensibili și oferă niveluri mai reduse de îngrijire receptivă. Indivizii preocupați și temători oferă mai multă decât este necesară sau dorită. De asemenea, nivelurile de sensibilitate și receptivitate depind de starea individului, variind în funcție de dispoziția acestuia (Iida, Seidman, Shrout, Fujita & Bolger, 2008).

Vinietă clinică: 4

John și Jane, căsătoriți de un an, s-au certat dimineața, înainte ca John să plece la serviciu. Dacă amândoi ar fi avut un atașament sigur, cel mai probabil că furia fiecăruia față de celălalt s-ar fi disipat de-a lungul zilei; ar fi putut să-și autoanalizeze contribuția și să se gândească la cum ar avea nevoie celălalt să se rezolve conflictul. Ar fi avut loc o discuție fie în timpul zilei, fie în acea seară și amândoi, hotărându-se să-și comunice nevoile mai direct, ar fi putut să se bucure de o seară intimă. Datorită încrederii în permanența relației și a deschiderii față de părerea celuilalt, niciunul nu ar fi simțit o anxietate copleșitoare în a încerca imediat sau pe parcursul zilei să rezolve problema. S-ar fi gândit chiar dacă n-ar fi fost utilă o reacție mai repede de sfârșitul zilei. Însă nu așa au stat lucrurile pentru acest cuplu.

John a continuat să rumege disputa în drum spre serviciu. Nu s-a putut concentra la muncă. În timpul pauzei de prânz, a cumpărat niște trandafiri, apoi i-a făcut o surpriză lui Jane ducându-i florile. Jane le-a primit și i-a mulțumit verbal, dar John a simțit că reacția ei nu

fusese din inimă, mai ales pentru că nu-l îmbrățișase. S-a întors la serviciu și a început să se înfurie din ce în ce mai tare din cauza lipsei aprecierii și a contactului fizic din partea ei. Jane era și ea foarte furioasă. A perceput întoarcerea lui acasă cu florile drept o neîncredere vag deghizată din partea lui, resimțind surpriza ca pe o intruziune în ziua ei. Nici John, nici Jane nu au avut capacitatea de a reacționa adecvat unul față de celălalt. În schimb, fiecare și-a proiectat propria anxietate și neîncredere asupra celuilalt. Niciunul dintre ei nu a avut o atitudine empatică. Deși, la nivel conștient, John considera că încearcă să rezolve conflictul, făcea acest lucru fără să se gândească în ce mod va fi perceput gestul său. Pe de altă parte, Jane s-a comportat cum ar face-o majoritatea indivizilor cu atașament nesigur, care au o tendință mai mică de a percepe asemenea gesturi ca fiind de sprijin (Pietromonaco & Beck, 2015). Dacă cei doi parteneri ar fi avut un atașament sigur, unul i-ar fi oferit celuilalt o îngrijire adecvată, iar celălalt ar fi primit-o cu bunăvoință.

Capacitatea de a te simți confortabil cu sinele autonom

Autonomia este importantă în intimitate, pentru că îi permite individului să se apropie de celălalt, fără a-i fi teamă că va fi înghițit cu totul. Sistemul de atașament interacționează cu sistemul de explorare pentru a facilita dezvoltarea unui atașament sigur. Pentru explorare, este necesară o bază de siguranță, întrucât copilul trebuie să simtă că baza de siguranță este disponibilă în cazul vreunui pericol. Câteva studii longitudinale (Cassidy & Main, 1984; Cassidy, 2001) au susținut legătura dintre atașamentul sigur și autonomie la copii. Cei cu atașament

nesigur este mai puțin probabil să exploreze și să se angajeze într-o joacă autonomă.

Feeney și Thrush (2010) au evidențiat trei aspecte ale unei baze de siguranță în relațiile adulte. În primul rând, partenerii trebuie să simtă că celălalt este disponibil în cazul în care ar avea nevoie de sprijin. În al doilea rând, atunci când chiar au nevoie de sprijin, acesta nu ar trebui să interfereze cu explorarea. În al treilea rând, încurajarea explorării trebuie comunicată. Baza de siguranță permite existența unui „paradox al dependenței". Atunci când indivizii se simt confortabil cu dependența partenerilor de ei, aceștia din urmă au un potențial mai mare să-și urmeze și să-și atingă propriile țeluri (Feeney, 2015; Feeney, Van Vleet & Jakubiak, 2015). Chiar și în cursul vieții adulte, baza de siguranță încurajează explorarea și creșterea personală. Cei cu atașament nesigur-anxios întâmpină dificultăți în a permite o asemenea dependență dacă anticipează că aceasta îi va separa chiar mai mult de partener, așa cum se poate vedea și în următorul caz.

Vinietă clinică: 5

Jake și Joan erau căsătoriți de cincisprezece ani. Joan fusese principala persoană responsabilă de întreținerea familiei. După nașterea copilului lor, la doi ani după căsătorie, cei doi se deciseseră că Joan avea un potențial salarial mai mare, așa că Jake ar trebui să rămână acasă cu copilul până la începerea școlii. Amândoi se descriau ca simțindu-se siguri cu privire la celălalt și fericiți în relație. Jake era bucuros să fie tată și a acceptat inversarea rolurilor, deși avea puține puncte de sprijin în comunitate. Joan a făcut salturi enorme în carieră.

Cu toate acestea, Joan și Jake au început treptat să comunice mai puțin, să se bucure de mai puține momente

intime împreună și să se simtă din ce în ce mai izolați unul de celălalt. Jake a făcut oarecare eforturi să se întoarcă la muncă după ce fiul lor a intrat în clasa a cincea, dar programul de lucru extrem de încărcat al lui Jane făcea dificilă împărțirea cu ea a unor responsabilități de îngrijire a copilului. L-a încurajat pe Jake să rămână acasă pentru încă șase luni. Joan n-a făcut însă niciun efort să-și modifice programul de muncă. Jake se simțea frustrat, captiv, din ce în ce mai deprimat și mai distant. Joan simțea și ea că a pierdut sprijinul soțului ei și a început să resimtă anxietăți și îndoieli cu privire la ideea de a continua să-și urmărească obiectivele profesionale.

Jake a început terapia după încă doi ani, aflându-se în abisul unui episod depresiv. Terapia de familie cu cei doi i-a oferit lui Jake posibilitatea de a o percepe pe Joan ca pe o bază de siguranță pentru a urma o carieră. Joan, de asemenea, a trebuit să se confrunte cu temerile ei de a pierde sprijinul lui Jake și de a pierde și atenția acestuia odată ce el se va concentra pe noua sa carieră.

În acest exemplu, deși amândoi păreau să aibă la bază un atașament sigur, circumstanțele au părut să conducă înspre deteriorarea relației lor sigure și intime. Un număr de studii cantitative (vezi Feeney, 2016, pentru o examinare a literaturii de specialitate) au cercetat stabilitatea atașamentelor romantice adulte de-a lungul unor varii intervale. Indiferent de interval, se pare că aproximativ un sfert dintre participanți își schimbă tipul de atașament în cursul timpului. Circumstanțele de mediu, precum pierderea cuiva drag, pot afecta stilul de atașament. Este totuși probabil ca evenimentele adverse timpurii să le creeze unora dintre indivizi o vulnerabilitate mai mare în această direcție.

Capacitatea de negociere

În relațiile apropiate, deși se poate să existe stiluri similare de atașament, nu va exista niciodată o sincronizare perfectă, întrucât evenimentele comune pot activa reacții diferite. Așadar, pentru ca intimitatea să se mențină, capacitatea de a negocia cu celălalt este esențială. Astfel de abilități de negociere își au originile în ultimul stadiu al atașamentului timpuriu, în care mama și copilul stabilesc împreună distanța optimă dintre ei, astfel încât copilul să poată explora pe fundalul unei baze de siguranță, în vreme ce mama se ocupă de propriile-i nevoi. Copilul este capabil să trăiască și să-și exprime emoțiile negative și frustrările, iar mama este capabilă să îndeplinească sarcini care este posibil să implice alte persoane sau lucruri. Amândoi au capacitatea de a negocia cu succes, astfel încât fiecăruia să i se satisfacă o parte dintre nevoi. Într-un studiu care viza cuplurile romantice (Feeney, 1994), s-a descoperit că indivizii cu atașament sigur au o mai bună capacitate decât indivizii cu atașament nesigur de a negocia și de a avea o perspectivă axată pe reciprocitate. O aptitudine conexă este cea de confruntare cu conflictele fără a fi copleșit psihic, apoi de a fi receptiv la solicitările celuilalt. Cum ar fi de așteptat, aceia cu stiluri de atașament evitant supraestimau emoțiile negative ale partenerului și subestimau receptivitatea adecvată a acestuia. Aceștia aveau un mai mare potențial de a fi ostili și defensivi în cadrul discuțiilor (Beck, Pietromonaco, DeVito, Powers & Boyle, 2014; Overall, Fletcher, Simpson & Fillo, 2015).

Concluzii

Legăturile de atașament și intimitatea sunt întrețesute într-o formă complexă în fundamentele lor neurobiologice. Experiențele timpurii de atașament cu îngrijitorii primari influențează capacitatea de a dezvolta și a menține relații semnificative în cursul vieții adulte. Preferințele de atașament influențează într-adevăr aproape toate caracteristicile intimității. Stilurile de atașament afectează în mod diferit cerințele din cadrul relațiilor intime. Preferințele de atașament determină strategiile de reglare afectivă alese și influențează percepțiile cu privire la comportamentul intim (aceste percepții depind de particularitățile atenției și memorării momentelor intime și interacțiunilor conflictuale). Stilurile de atașament influențează capacitatea de a cere și de a primi sprijin în perioade de disconfort puternic, precum și capacitatea de a încuraja dezvoltarea unui partener și de a negocia diferențele în ce privește toleranța disconfortului, dar și în ce privește nivelul dorit de confort și creștere personală.

Capitolul 3

Intimitatea și destinul acesteia în cursul adolescenței

David Pauley

Încep acest capitol asupra intimității în adolescență cu un paradox, unul oglindit de următoarele strofe extrem de delicate din poemul lui Arthur Rimbaud, „Roman"[27] — scris când poetul avea șaptesprezece ani, în 1870 —, dar încă actual, descriind la fel de bine generația Snapchat, ca și pe fiecare dintre generațiile succesive de tineri care au trecut prin adolescență (apoi au devenit adulți) în deceniile trecute de atunci și până acum:

> La ani șaptesprezece, nu ești defel serios.
> Lași naibii, într-o seară, și țapi, și limonadă:
> Ieșind din cabaretul cu lustre, zgomotos,
> Te duci sub teii-n floare ce cresc pe promenadă.
> În iunie, spre seară, e-atât de-nmiresmat
> Văzduhul, că-nchizi ochii adesea, de plăcere.
> Orașul nu-i departe, iar vântul — încărcat
> Cu zgomote — miroase a viță și a bere.

[27] Publicată în traducerea lui Petre Solomon, în colecția de poezii ale lui Arthur Rimbaud, *Integrala poetică*, Editura Eminescu, 1992. (*N.t.*)

Poezia lui Rimbaud evocă imaginea năzuințelor adolescentine într-o manieră în care puține alte opere literare reușesc s-o facă, cu atât mai puțin cele de dimensiuni atât de reduse (236 de cuvinte) sau scrise de un poet cu o vârstă atât de fragedă. Creând această alchimie susurătoare, „Roman" ne îndreaptă privirea și înspre o dilemă cu care se confruntă mulți dintre noi în prezent, pe măsură ce încercăm să dăm sens acelorași doruri epocale: natura *senzorială*, visătoare, ireductibilă a unei părți atât de mari din experiența adolescentină, și rezistența încăpățânată, supranaturală la a se supune unei traduceri verbale.

Acest paradox — lesne de observat în timp ce pornesc pe firul discuției curente — se regăsește și în sentimentul de neajutorare care îi cuprinde pe mulți părinți, în încercările acestora de a împleti o poveste coerentă din pozițiile contradictorii, adesea tulburătoare, pe care adolescenții le adoptă în viețile lor. Se regăsește de asemenea în cadrul comprehensivității poate contrafobice a eforturilor depuse de psihoterapeuții specializați pentru a explica aceleași înclinații dintr-o perspectivă științifică — de la clasicele studii psihanalitice ale lui Peter Blos (sub multe aspecte, din păcate, acum desuete), întrunite în *On Adolescence* (1968) și *The Adolescent Passage* (1979), și până la lucrarea lui Daniel Siegel, mai orientată către publicul de masă, bazată pe descoperirile din neurobiologie și actuală, *Brainstorm: The Power and Purpose of the Teenage Brain* (2015). Indiferent care ar fi meritele acestor cărți, aceste tipuri de eforturi sunt întotdeauna însoțite de un iz de formaldehidă, de o senzație că motivațiile adolescentine sunt, dacă nu tocmai patologice, atunci cel puțin o bizară subspecie a experienței, a cărei taxonomie poate fi catalogată de adulți cu minți lucide — precum niște fluturi într-un insectar —, omițând aspectul senzorial, evident pentru aproape orice poet (sau adolescent): scopul fluturilor este *zborul*.

Și totuși, pe măsură ce adolescenții se prezintă, într-un număr din ce în ce mai mare, alături de părinții lor, la cabinetele terapeuților, măcinați de griji, mai mari sau mai mici, pare un act de prudență să continuăm să încercăm să descoperim izvoarele nesecate din care se hrănesc și care uneori îi împing spre abateri de la drum, izvoare nesecate pe care noi, adulții, se poate să le fi cunoscut odată visceral, dar pe care le mai putem zări acum (răsturnând metafora apostolului) doar „ca într-o oglindă în chip întunecos“[28]. Vocea științifică, cu întrebările ei iscoditoare și generalitățile ei liniștitoare, își are cu siguranță locul în astfel de discuții[29], dar are și câteva limitări nu tocmai nesemnificative, pe care le voi explora în paginile care urmează. Aceste limitări, împărtășite și de narațiunea culturală mai vastă, în perpetuă schimbare, a adolescenței, din care se nasc și acele produse ale medicalizării, aduc și întrebări cu privire la intimitate, la acele vibrații senzual-existențiale care infuzează tinerescul subiect al poeziei lui Rimbaud, întruchipat cu câteva versuri mai jos sub forma unei tinere fete, în „pantofiorii“ ei, care se plimbă pe aceeași promenadă, sub privirea scrutătoare a tatălui ei. O anumită lectură mai superficială a „Romanului“ ori o frunzărire similară a literaturii psihanalitice cu privire la adolescență ar putea conduce la concluzia că intimitatea dorită aici este aceea a unei povești de dragoste sau cel puțin a unei „aventuri“, însă poemul lui Rimbaud, care-l urmărește pe acest tânăr începând cu prima scânteiere a atracției și până la intensa curtare epistolară a ființei iubite, ajunge la o încheiere surprinzătoare, care dezminte asemenea interpretări facile:

---

[28] Fragment din *Biblie*, trad. de Dumitru Cornilescu, 1924 (ed. rev. 2016), 1 Corinteni 13:12. (*N.t.*)

[29] Nu doar pentru clinicieni: cartea lui Siegel, care include o multitudine de exerciții ce-i vizează pe adolescenți, se va muta cu siguranță în câțiva ani într-un colțișor de pe rafturile bibliotecii copilului meu de 10 ani.

[...] Dar Ea
Se-ndură, într-o seară, să-ți scrie o misivă.
În seara ceea intri în birtul zgomotos
Și ceri un țap de bere sau poate-o limonadă...
La ani șaptesprezece, nu ești de fel serios,
Când știi că sunt atâția tei verzi pe promenadă.

Acest tablou revelator, neașteptat, impregnat cu spirit adolescentin, a provocat suspine pline de apreciere din partea profesoarei mele de franceză din liceu pe când a recitat această poezie, în fața clasei a X-a din care făceam parte la începutul anilor '80[30], dar fără îndoială că a fost întâmpinat de sinele meu de adolescent, precum și de o foarte mare parte dintre colegii mei, aflați în același punct de cotitură, cu ochi dați peste cap și chiar stupefacție („Fata în sfârșit i-a răspuns la scrisori, iar el i-a dat papucii? Ce sens are?")

Obiectivul acestui capitol va fi tocmai elucidarea acelui „sens", încercarea de a-l situa în mai largul cadru de referință al conversației culturale cu privire la adolescență — care există în amintirile din perspective modificate de trecerea timpului, asemenea unor imagini văzute într-o oglindă laterală, ale părinților și psihoterapeuților, și este imprimată iar și iar, în fiecare zi, pe suprafețele cinetice, ca de planșe Rorschach, ale trupurilor adolescentine.

[30] Madame Metzinger nu era nicidecum singura; recapitularea muzicală a lui Rimbaud a începutului acestei strofe a avut același efect asupra mea și a nenumăraților altora de-a lungul deceniilor.

Corpul ca hartă și oglindă

Prima ipoteză de la care voi pleca — vag vizibilă în fundalul poeziei lui Rimbaud, cu un ecou răsunător în textul lui Blos, ca și în interpretarea mai eterodoxă, de public de masă (deși într-o formă puțin mai artistică) — afirmă că asemenea năzuințe intime, precum schimbările pubertale care își anunță debutul, sunt în principal evenimente fiziologice, cuprinse în avalanșa de transformări instinctuale și neurobiologice ale anilor de adolescență. Pentru Blos, ca și pentru majoritatea teoreticienilor psihanalitici „ai pulsiunilor", trăgându-se încă de la Freud, această încadrare era una axiomatică. Energiile libidinale și agresive efervescente ale perioadei de pruncie, menținute sub forma unor focuri controlate pe parcursul anilor de școală primară și gimnazială, pun stăpânire, odată cu atingerea pubertății, pe fragilele lor învelișuri corporale, distrugând slabele adaptări defensive ale acelei perioade mai timpurii, necesitând o renovare generală și o expansiune a Eului, toate acestea negarantând decât izbucniri haotice ale comportamentului interpersonal al adolescenților (rebeliuni zgomotoase împotriva iritantelor stricteți parentale; experimentări corporale de toate soiurile, incluzându-le pe cele cu aromă simptomatică), pe drumul către puncte terminus predeterminate biologic. Pentru Blos și mulți analiști din epoca sa (de ex., Anna Freud, 2002; Erikson, 2015), acele puncte terminus includeau, în cel mai bun caz, o viață de cuplu heterosexuală procreativă și preluarea rolurilor de gen normative, care nu doar că asigurau propagarea speciei, ci și conservarea unui tip de estetică reconfortantă, valoroasă, corporală și familială (Blos, 1968). Această finalitate, al cărei caracter nedigerabil se poate să fi fost la un moment dat ridiculizată de adolescenți (sau temută — tatăl fetei din poezia lui Rimbaud este înfățișat purtând

un „guler — o umbră-ngrozitoare"), este într-un sfârșit acceptată și chiar îmbrățișată ca potrivindu-li-se și fiind *naturală*, pe măsură ce plonjează prin vârtejul clocotitor în viața adultă.

Textul lui Siegel, ce reflectă meniul relațional mai variat care se așterne în fața tinerilor de astăzi, pășește cu prudență prin problematica expectațiilor normative de gen (dorința homosexuală își face apariția cu întârziere, dar este bine-venită, deși experiența trans, ca să nu mai spunem de impactul coroziv al sexismului sau rasismului, nu sunt menționate)[31], dar tot oferă o imagine vagă a graniței dintre transformările biologice și sociale din anii de adolescență. Autorul se află pe teren sigur, recapitulând descoperirile din neurobiologie, fenomene ușor observabile acum prin scanările PET și alte lentile tehnologice. Exemplele de acest tip includ procesul de eliminare a sinapselor inutile (*pruning*) și de izolare graduală a conexiunilor neuronale din creierul adolescentin sau infuzarea în funcție de context cu dopamină, care servește la recompensarea riscurilor asumate de adolescenți. Aceasta ar putea explica și aversiunea convulsivă a multora dintre aceștia față de perioadele (prin comparație, lipsite de recompense) de repaus, cel puțin până la momentul atingerii unui echilibru mai de durată. Astfel de modificări structurale puternice, dar nevăzute în alcătuirea sistemului nervos — dincolo de puterea de observare a generațiilor anterioare de cercetători — sunt însoțite în *Brainstorm* de o brumă de descoperiri ale științelor cognitive, ce indică aspecte similare. Cea mai vastă aplicabilitate dintre acestea o deține descrierea lui Seigel a apariției relativ târzii

[31] Omisiuni flagrante, însă ciudat de constante în cadrul literaturii. Chiar și recenta interpretare atentă, centrată pe atașament, a lui Bendicsen (2013) — înfățișând pe copertă portretul unui tânăr alb solitar — ia acel subset de adolescenți ca populație de referință.

a „gândirii care discerne esențialul" (*gist thinking*) în anii de adolescență. Este un salt cognitiv important — absența anterioară a acestei capacități de a discerne esențialul stă la baza modurilor aparent nesfârșite, necoapte, în care adolescenții iau decizii, fără să se bazeze pe o reflecție sănătoasă. Această tendință s-a manifestat recent într-o manieră dramatică în cabinetul meu când o adolescentă de cincisprezece ani își apăra dorința de a se angaja împreună cu prietenul ei într-o „explorare urbană" — escaladând poduri și zgârie-nori în construcție, în căutarea de senzații tari și *selfie*-uri artistice. Nici măcar cele câteva căderi mortale menționate în presă (ale altor puști) nu erau îndeajuns pentru a o descuraja pe tânăra în cauză în ce privește acest plan; mai degrabă decât să le perceapă ca pe un îndemn la precauție (*ți s-ar putea întâmpla și ție!*) — un lucru „esențial" care ar fi fost imediat intuit de multe persoane nu cu mult mai în vârstă — tânăra considera aceste decese absurde ca reprezentând o dovadă statistică a relativei siguranțe a îndeletnicirii plănuite (sunt doar o mână de incidente, într-un oraș de opt milioane de oameni, pe parcursul mai multor luni — *de ce mi-aș face vreo grijă?*) Majoritatea terapeuților ar tinde să vadă acest tip de raționalizare oarbă ca fiind una intrinsec patologică (spre exemplu, ca reflecție a unui impuls suicidar slab conținut sau derivată din supunerea nesănătoasă a fetei față de dorințele iubitului ei), dar textul lui Seigel explică în mod clar faptul că asemenea interpretări greșite (uneori tragice), care te lasă fără cuvinte, se pot naște și dintr-o perturbare tranzitorie, specifică vârstei, a subrutinelor perceptive cerebrale — una care, remarcă acesta, vine în sprijinul monitorizării îndeaproape și permanente a adolescenților de către adulți.

Singura secțiune importantă în care Seigel virează într-un teritoriu epistemologic riscant este, în mod ironic, exact partea din textul său pe care pare s-o considere

ca sprijinindu-se pe o bază foarte solidă, așa cum este ilustrat în pasajul următor dintr-un capitol de început, de introducere a tematicii, intitulat „The Essence of Adolescence" („Esența adolescenței"):

> *Două lucruri se petrec în mod universal în adolescența noastră umană. Unul este că, odată cu instalarea pubertății, începem să parcurgem schimbări ale corpului nostru și schimbări ale emoțiilor noastre. Al doilea este că ne îndepărtăm de părinți, petrecându-ne mai mult timp cu covârstnicii și încercând să facem lucrurile în moduri noi.*
>
> *(p. 25)*

Deși prima dintre aceste două afirmații este departe de a fi una controversată — într-adevăr, adolescenții din toate culturile trec, în mod automat, prin profunde modificări fiziologice și emoționale, care încep odată cu pubertatea și nu se domolesc până la douăzeci de ani sau chiar până în jurul vârstei de douăzeci și cinci de ani —, a doua observație a lui Seigel, cu privire la îndepărtarea de părinți și petrecerea timpului cu covârstnicii, este (cum sigur trebuie să știe și el) oricum, dar nu universală. Bogăția datelor istorice și antropologice ne împinge spre direcția opusă: „separarea-individuarea"[32], narațiunea dominantă

[32] Clinicienii formați conform cândva dominantului model de dezvoltare din perspectiva psihologiei Eului (fundamentat de Anna Freud și la care și-a adus contribuțiile și Eric Erikson) își vor aminti că Blos a devenit faimos prin viziunea sa asupra anilor adolescenței ca fiind o recapitulare a furtunoasei evoluții motorii și intrapsihice care are pentru prima dată loc în copilăria mică. Margaret Mahler, creatoarea modelului de separare-individuare a bebelușului care l-a inspirat pe Blos (ea fiind cea care a introdus termenul), a căutat în principal să descrie o epigeneză universală, una care să se plaseze în afara culturilor particulare. În paginile care urmează, pășesc în urma multor altora care au încercat să atragă atenția la presupunerile și distorsiunile foarte specifice,

(centrată pe stadiile de dezvoltare) cu privire la experiența adolescentină în țările vestice precum Statele Unite de astăzi (și cea la care se aplică cel mai mult perspectiva sa), este cât se poate de mult un construct cultural și istoric. Este un construct care, în pofida ipotezelor universaliste ale lui Seigel, este foarte posibil să se diminueze chiar în momentul de față, transformându-se, sub ochii noștri, în tipare diferite, noi, deși nu încă definitivate (vezi, spre exemplu, Twenge & Park, 2017).

Individuația: căutarea intimității și pericolele acesteia

Pot fi prezentate date argumentative în sprijinul unei asemenea ipoteze (poate controversate) în foarte multe moduri, dintre care cel mai evident — așa cum se poate observa în tradiția scrierilor psihanalitice — ar fi să examinăm literatura relevantă, apoi să includem poate niște material clinic, pentru a ilustra aspectele în discuție. Deși voi face cu siguranță unele dintre aceste lucruri în paginile care urmează, mă voi îndepărta de acea ipoteză, cel puțin pentru o vreme, ca să analizez această tematică de la un nivel mult mai personal, așa cum s-a dezvoltat pe parcursul ultimelor două generații în cadrul familiei mele și cum se regăsește în momentul de față în circumstanțele culturale și istorice destul de diferite ale fiicei mele de zece ani. Acest tip de creare a unei narațiuni personale, care are precedente în anumite paliere ale domeniului nostru — Murray Bowen, terapeut deschizător de drumuri (format pe modelul Menninger) în sectorul terapiei sistemice de

deloc universale, întreținute în această teorie (vezi, spre exemplu, Galatzer-Levy & Cohler, 1990, 1993; Akhtar & Kramer, 1998).

familie, este unul dintre promotorii timpurii notabili —, rămâne departe de normă în discursul psihanalitic, dar sperăm că ar putea deveni din ce în ce mai răspândit, pe măsură ce clinicienii sondează adâncimile istoricelor personale (exhaustiv cartografiate în analizele lor de formare), cu scopul de a oferi mai multe nuanțe și specificitate teoriilor noastre (Bowen, 2004). În ce privește temele de mare încărcătură afectivă precum adolescența, ar trebui să fie de la sine înțeles că acele modele teoretice nu există niciodată într-un vid conceptual, ci poartă întotdeauna marca diverselor locuri de unde ne tragem.

În multe feluri, copilăria mea, trăită într-un orășel american, de clasă mijlocie, ar putea fi privită ca desfășurându-se conform tiparului clasic al separării-individuării, așa cum a fost reprezentat în cadrul discursului din perspectiva dezvoltării de către Blos și alți gânditori similari. Cei patru frați mai mari și cu mine, născuți înspre sfârșitul așa-numitei perioade *baby-boom* („explozia nașterilor" dintre 1955 și 1965), am crescut într-un mediu de vastă abundență materială, lipsit de dureroasele șocuri economice și global-istorice care marcaseră atingerea maturizării de către părinții și bunicii noștri. În urma câtorva capitole destul de dramatice de revoltă între 1970 și 1988, perioadă în care cea mai mare parte dintre noi ne aflam în furtuna adolescenței — părul lung de hipiot, drogurile psihedelice, muzica rock și respingerea frecvent militantă a autorității erau la ordinea zilei —, am plonjat pe benzile autostrăzilor care taie în lung și-n lat ținuturile noastre natale, asemenea unui sistem de capilare, mutându-ne în părți îndepărtate ale țării, aflate la distanțe de sute sau chiar mii de kilometri de cuibul familial. Părinții mei, amândoi, oameni obișnuiți din clasa mijlocie și absolvenți de facultate, fără neapărat a fi formulat vreodată ideea ca atare, priviseră întotdeauna școala ca fiind motorul care avea să-i călăuzească pe cei cinci fii ai

lor înspre maturitate, dar, asemenea unui număr destul de însemnat de părinți, au avut parte în cele din urmă de o foarte mare dezamăgire. Dovezile concrete ale acestei deziluzionări au rămas, timp de mulți ani, în sertarul încuiat al unui dulăpior, alături de alte documente financiare: cinci librete bancare de conturi de economii frumos împăturite, completate cu fonduri acumulate cu sârguință de-a lungul multor ani, destinate viitoarelor noastre taxe de studii universitare, pe care doar doi dintre noi am ajuns în cele din urmă să le folosim.

Tatăl meu, mai în vârstă cu opt ani decât mama și un mândru membru a ceea ce a ajuns mult mai târziu să fie numită „generația de aur", a suferit mult din pricina acestui lucru. Cea mai mare lovitură a primit-o la mijlocul anilor '70, întruchipată de persoana fratelui meu Kevin, un împielițat de nestăpânit în mijlocul haitei, care a trecut de la a fi o prezență oarecum benignă — un pic bufon, capul (majorității) răutăților inofensive — la o creatură sălbatică înspăimântătoare, aproape de nerecunoscut. Total imposibil de ținut în frâu pentru o vreme, Kevin a început să fie atras de tineri care se lăsaseră de liceu și de toate felurile de „ratați" (în cuvintele lui), pe care îi urma sau, mai degrabă, îi *conducea* cu aparentă încântare înspre îndeletniciri de negândit pentru bătrânii noștri puritani: nenumărate experimentări și trafic de droguri, infracțiuni minore (de la vandalism la spargeri de case), aluzii la escapade sexuale, dar care, cel puțin mie, nu mi-au fost niciodată enumerate. Își făcuse în mod ostentativ un tatuaj amator care simboliza unele dintre aceste lucruri, o sursă de mândrie de care — așa cum au decurs lucrurile — a ajuns oarecum să se rușineze în viața de mai târziu. Poate că nu este surprinzător faptul că, deși Kevin a plutit în derivă prin adolescență, fără să reușească vreodată să obțină o diplomă (sau orice alt titlu rezultat din vreun parcurs academic), s-a familiarizat cu alte instituții

care i-au modelat viața adultă, de la centre de detenție juvenilă și secții de psihiatrie până la o impozantă academie militară — a fost trimis și acolo, într-un ultim efort disperat al tatălui nostru, veteran din al Doilea Război Mondial, de a nu-și lăsa al treilea născut să se ducă cu totul la fund. Kevin a consimțit la relocare, prezentată ca o alternativă la încă o perioadă de „închisoare", cu o surprinzătoare seninătate, inclusiv aplecându-și capul pentru tunsoarea obligatorie, dar, când l-am însoțit acolo, a privit campusul dichisit — cu grajduri, poligon de tragere și terenuri de sport — cu uimire și o detașare amuzată, chiar ironică (a fugit de acolo după doar câteva săptămâni).

Dificultățile întâmpinate de Kevin în timpul adolescenței, versiuni într-o octavă mai înaltă ale loviturilor care au zdruncinat fiecăruia dintre noi viețile în anii aceia, aveau loc într-un tărâm aflat în afara puterii părinților mei (și a oricăruia dintre noi) de conceptualizare verbală. Dacă în acea perioadă ar fi fost somat să explice ce forțe întunecate îi animau acțiunile, am sincere îndoieli că ar fi putut s-o facă, atât de captivat era de experiența senzorială a acestora. Foarte probabil Kevin ar fi rostit cuvântul „libertate" — acel strigăt comun și familiar al adolescenților și unul care, în familia mea, ca și în multe altele, invita la inevitabila, deși adeseori inutila replică: „Dacă ce-ți dorești e libertatea, atunci de ce nu te pui cu burta pe carte și nu faci ce e necesar ca s-ajungi departe în viață?" Năzuința de libertate a lui Kevin nu reprezenta, din păcate, niciodată argumentul rațional la care sperau părinții mei, ci, privit din perspectiva clară a prezentului, pare să fi fost mai degrabă zvârcolirea maniacă a unui mânz, zbătându-se în vâltoarea apelor înspre parfumul slab al un petic de pământ poate de neatins.

Narativul părinților mei cu privire la criza adolescentină a lui Kevin, așa cum l-au încropit atunci și în anii

care au urmat, era puternic impregnat de culpabilizare și, din ce în ce mai mult, de autoculpabilizare. Tatăl meu își închipuia că, numai dacă l-ar fi implicat de mai timpuriu într-un mediu școlar mai bine structurat (academia militară sau poate școala particulară mai prestigioasă pe care am urmat-o eu cu niște ani mai târziu), ar fi împiedicat această implicare morbidă în anturajul pe care l-a avut, o redirecționare care ar fi contat enorm. Mama, mai puțin vehementă cu privire la asemenea modificări externe (ea înțelesese intuitiv că problema se afla *în interiorul* lui Kevin, nu doar în grupul său de prieteni sau la școală), s-a întrebat ani la rând în legătură cu varii factori emoționali care se dezvoltaseră încă din timpul copilăriei și care, dacă ar fi fost cumva deslușiți, ar fi putut să-l împingă pe un făgaș mai bun: temperamentul uneori exploziv al tatălui meu; glumițele poate mai puțin inocente decât se considerase până acum care îl însoțiseră pe Kevin în copilărie; inevitabila diminuare a atenției și a răbdării față de nevoile sale specifice, în vreme ce părinții mei se luptau cu cerințele ce nu sufereau amânare ale celorlalți patru copii în creștere (incluzându-mă pe mine, bebelușul apărut târziu). Când aveam puțin peste douăzeci de ani, am adăugat litaniei mamei mele de autoreproșuri împărtășirea propriilor impresii cu privire la metehnele ei, puse cap la cap în timpul primei mele experiențe extinse de psihoterapie — o formă aproape irezistibilă (deși sadică) de reglare de conturi, folosindu-l pe adolescentul Kevin ca exponent al propriilor mele plângeri în ce-mi privea copilăria.

Pe măsură ce am mai crescut, alături de Kevin acum adult — din fericire, adolescența lui nu s-a sfârșit printr-o tragedie, deși tiparele pe care și le-a creat atunci, în special abuzul de substanțe, l-au condus la o viață semnificativ scurtată (a murit în urma unei supradoze la vârsta de 49 de ani) —, am devenit mai puțin sigur de acele narative culpabilizatoare, povești cu morală care caută să ne ofere

iluzia unui control în cadrul unor mișcări tectonice mult mai puternice și mai impersonale decât oricare actor individual. Privind de pe promontoriul îndepărtat al prezentului, în care nu numai că sunt părintele anxios al unui copil pe cale să devină adolescent, ci și un terapeut ce a acumulat peste un sfert de secol de contacte cu adolescenții și părinții lor (adesea la fel de anxioși), sunt nevoit să conchid că adolescența lui Kevin nu poate fi corect explicată prin acel tip de tautologie rostită de pe fotoliu, care ține prea puțin seama de manierele în care problemele lui erau întrețesute cu factori culturali mai largi. Și aceasta, indiferent de modurile în care povestea vieții lui se încadrează perfect într-un narativ psihanalitic de patologie adolescentină, de tipul celui care ar fi fost descris de Blos sau Anna Freud — un germen de neglijență, embrionar încă din copilăria mică, străpungându-și crisalida printr-o rebeliune malignă odată cu debutul pubertății. Supunerea la o analiză atentă a acelor factori culturali — credințe, tradiții și practici referitoare la individualitate, parentalitate, creșterea copiilor și familie — n-ar putea niciodată să ne conducă la certitudinile unei interpretări imagistice medicale, dar probabil ar putea, dacă ni se permite, să genereze un scepticism sănătos cu privire la aparentele daturi legate de adolescență din cadrul discursului nostru cultural, daturi care, asemenea credințelor aflate în miezul fiecărui folclor, ne pot spori înțelegerea cu privire la adolescenții unici din viețile noastre, dar ne pot și orbi, îndepărtându-ne de la alte moduri creative de a privi zbaterile noastre colective.

„Eu“ versus „noi“: cultura ca mediator și cadru pentru adolescenți

Când m-am angajat pentru prima oară după încheierea școlii doctorale în cadrul unei clinici de consiliere și psihoterapie pentru copii, aflată în mijlocul unei intersecții aglomerate din Flushing, Queens, am primit cel dintâi indiciu că noțiunea de separare-individuare/îndepărtare de părinți, pe care atât Blos, cât și Daniel Seigel o consideră a fi determinată biologic, nu ar fi tocmai o experiență universală. La Clinica Trude Weishaupt, lucram cu familii și copii de pe tot globul, mulți dintre aceștia fiind imigranți recenți; o parte semnificativă a eforturilor noastre în munca cu aceștia consta în medierea conflictelor uneori copleșitoare care se creau odată ce familiile se confruntau cu normele și așteptările foarte diferite pe care țara adoptivă le avea cu privire la copiii și adolescenții din viața lor. Cel mai uluitor aspect al acestei lipse culturale de conexiune în cazul multora dintre acele familii, unul care a fost explorat pe larg în literatura de specialitate (Mishne, 2002; Akhtar & Kramer, 1998), punea problema separării-individuării adolescentine și, în mod specific, a rolului desemnat părinților în cadrul acestui proces. Departe de a fi unul standard, modelul american de parentalitate cu privire la adolescenți — atitudinea mereu marcată de anxietate, dar de acordare de libertate, pe care adolescenții păreau să o perceapă, alături de mâncarea de tip fast-food și încălțămintea sport cu prețuri exorbitante, ca un soi de drept din naștere — le părea la fel de des acestor părinți ca reprezentând o abdicare amenințătoare, aproape comică, de la autoritatea parentală. Iar și iar, eu și colegii mei încercam să găsim răspunsuri la aceste tipuri de întrebări, pe măsură ce părinții cu care lucram făceau mari eforturi de a descoperi o soluție de adaptare la relativ complet nefamiliara neputință de a

modela alegerile fiilor și fiicelor în curs de separare-individuare, precum și la aparenta indiferență, ba chiar ostilitate, a instituțiilor americane (de la școli la clinicile de sănătate mentală și la autoritățile de protecție a copilului), de la care acești părinți se așteptau să le devină aliați în scopul restabilirii unui lanț de comandă eficient. Lucrând clinic cu astfel de familii și împărtășindu-le luptele, mi-a devenit din ce în ce mai clar că această criză adolescentină care, în cadrul culturii noastre, este privită pur și simplu ca un dat se află foarte departe de normă în alte părți ale lumii. Mai degrabă decât ceva imuabil, expresie a unui imperativ endogen, chiar darwinist (Siegel, 2015, p. 75), acest tip de criză identitară tranzitorie și de respingere a autorității parentale în favoarea grupului de covârstnici începea din ce în ce mai mult să pară un sindrom cu rădăcini culturale, un fel de nebunie specifică etapei de viață pe care noi, americanii, precum și mai larga cultură pe care o reprezentăm îl solicităm de la tinerii noștri ca rit de trecere de la intimitatea copilăriei la formele întru totul diferite ale relațiilor intime caracteristice maturității.

Alături de munca în acea comunitate clinică poliglotă, interesul meu față de curentele interculturale care modelează stadiile vieții precum adolescența a crescut foarte mult în aceeași perioadă în care începusem lucrul în clinică, datorită imersării mele din ce în ce mai profunde în familia extinsă a soțului meu, indian Punjabi născut în New Delhi, ale cărui rude, răspândite pe două continente, constituiau, în ciuda distanței, o prezență importantă în viața sa. Diferențele dintre mediile noastre culturale ne-au supus la început unor provocări (comunicarea publică a homosexualității nu era câtuși de puțin un fapt comun în mediul în care crescuse el), dar, odată ce m-a prezentat rudelor lui, aceste diferențe nu au condus la negarea obligației lor cultural înrădăcinate nu doar de a fi primitori față de mine ca persoană, ci și de a încerca să găsească o

metodă de a mă include în tabloul familiei extinse într-o manieră care să corespundă unor roluri familiale (în cazul meu, de ginere, cumnat și unchi). Ar fi poate de așteptat ca același tip de tranziție să fi avut loc și în propria mea familie și, într-o anumită măsură, așa a și fost; soțul meu a ajuns să construiască în timp legături semnificative cu rudele mele în moduri cu puțin diferite față de cum s-ar fi întâmplat dacă am fi avut o căsnicie tradițională, heterosexuală, fapt în sine grăitor cu privire la maleabilitatea culturii familiale: e puțin probabil ca bunicii mei bisericoși sau pioșii bătrâni hinduși din familia soțului meu să fi găsit vreun sprijin ori vreun cadru de referință normativ de acceptare în rândurile lor a unor nepoți LGBTQ și a partenerilor acestora.

Cu toate acestea, în pofida îmbrățișării similare din partea ambelor familii, cultura vieții de familie în care am pătruns (și am trăit în ultimii 25 de ani), adică cea a rudelor soțului meu, era extrem de diferită de cea în cadrul căreia am crescut, iar această diferență era deosebit de pronunțată cu privire la îngrijirea copiilor și adolescenților din familie. Psihanalistul Alan Roland, un foarte vechi observator al diferențelor culturale dintre nord-americani și asiaticii de sud, din perspectiva ritualurilor vieții de familie, a introdus termenul de „sine colectiv" (*we self*), pentru a evoca această traiectorie diferită de dezvoltare. În comparație cu dominantul model de maturizare de tip „sine individual" (*me self*), comun în societățile vestice — un fel de amestec colonial între generații, care se încheie abrupt și furtunos prin Declarația de Individualitate Independentă care însoțește anii de adolescență —, Roland prezintă familiile din Asia de Sud ca fiind caracterizate de un tip de confederație de interese flexibilă și de încurajare reciprocă de-a lungul generațiilor, care parcurge o evoluție odată cu debutul pubertății, dar niciodată o ruptură definitivă.

Această distincție între „sinele colectiv" și „sinele individual" mi-a părut imediat și visceral pertinentă, reflectând

asupra perspectivelor contrastante pe care cele două familii ale noastre le aveau asupra rolului dominant pe care eu și partenerul meu îl jucam cu privire la următoarea generație, în calitate de unchi (până când, cu ani mai târziu, am avut, și noi, propriul copil). Cumnații și cumnatele mele din partea americană[33] sperau cu siguranță la un nivel mai înalt de căldură și de conexiune din partea noastră ca unchi decât cel al legăturii superficiale pe care îl avuseserăm noi în copilărie cu frații părinților noștri, însă înțelegeam cu toții instinctiv că implicarea noastră era însoțită de un set de limite sancționat cultural, o deferență față de rolul lor ca părinți și figuri centrale de atașament, care, privită de la distanță, putea foarte ușor să fie considerată ca fiind un soi de dezinteres. Practic, aceasta însemna că eram liberi să ne bucurăm de nepoatele și de nepoții noștri, produse ale căminelor individualizate/separate ale fraților mei, dar nu s-ar fi presupus (sau așteptat) niciodată de la noi să adoptăm un rol cvasiparental față de aceștia — să le schimbăm scutecele sau să-i punem la culcare, să le oferim lor sau părinților lor sfaturi importante cu privire la alegerile lor în viață sau să preluăm un rol constant (afectiv sau material) în cadrul îngrijirii lor. Acest tip de relație prietenească, dar respectând o anume distanță dintre nepoți și unchi, implicând un respect pronunțat față de părinți ca reprezentând nucleul vieților copiilor, a caracterizat mai târziu și relațiile dintre fiica noastră și unchii, mătușile și verișorii ei „americani", fiind deci ceva creat și reprodus activ de acea familie „americană", *incluzându-ne și pe noi*, ca sistem, și nu impusă din exterior.

[33] Utilizez aici termenii „american" și „indian" drept o prescurtare convenabilă pentru a desemna originea culturală a părților diferite ale familiei, deși partea soțului meu (anume, „partea indiană") include atât cetățeni americani (prima sau a doua generație), cât și cetățeni din India.

Lucrurile nici că ar fi putut fi mai diferite pe partea „indiană" a familiei. Cu mult înainte de intrarea mea în acea familie, soțul meu jucase rolul de unchi grijuliu, extrem de implicat, față de copiii fraților săi, iar opiniile lui aveau o greutate semnificativă în deciziile pe care părinții le luau cu privire la îngrijirea acestora. Când mergea în vizită, se bucura de o intimitate cu copiii, incluzând o intimitate *fizică* — hrănit, făcut baie, spălat pe dinți, giugiulit —, o intimitate față de care exista o foarte mare așteptare: relația cu nepoții nu doar că trebuia să vină în sprijinul relațiilor celor mici cu părinții lor, ci chiar era bine s-o *eclipseze* temporar. La rândul lor, membrii acestei generații mai tinere — mai ales cei doi nepoți ai noștri care au crescut în Statele Unite — s-au bucurat de o relație cu el, și mai târziu și cu mine, cu mult mai intimă și mai diferențiată (i.e. directă — nu doar filtrată prin dorințele parentale) decât genul de relații avute de mine cu nepoții din familia mea de proveniență — excepție făcând apariția de mai târziu a fiicei noastre.

Dovada acestei legături intime a devenit manifestă pe parcursul adolescenței și a începuturilor vieții adulte a nepoților noștri. Chiar și pe măsură ce relațiile lor cu părinții au început să fie umbrite de unele dintre furtunile asociate formelor tipice ale înstrăinării adolescentine, ei și-au menținut rolurile așteptate în cadrul familiei extinse — serviabili și devotați față de cei mai în vârstă care locuiau în apropiere sau veneau în vizită din India, în timp ce jucau neambivalent, ba chiar cu bucurie rolul de „frate mai mare" (*bhaiya*) față de verișori mai mici, în tot acest timp beneficiind de sprijin și susținere relațională, precum și de un spațiu de respiro față de părinții lor, în casele unchilor, mătușilor și verișorilor mai mari (inclusiv în casa noastră, în care ambii nepoți au locuit în perioade diferite în ultimii ani de adolescență și între douăzeci și treizeci de ani). Așadar, chiar și pe măsură ce-și consolidau relații importante cu covârstnicii și negociau hățișurile uneori extrem de dificil

de parcurs ale creării unei identități americane, așa cum a evocat-o Erikson — alegeri cu privire la grupuri de covârstnici, la interese academice și de carieră, parteneri romantici, valori morale, gusturi în modă și muzică, atitudini religioase (toate acestea derulându-se sub imperiul ambivalent al așteptărilor parentale) —, acei doi tineri s-au bucurat și de, să le spunem așa, multiple tărâmuri „neconflictuale" de experiență, porturi sigure în cadrul familiei extinse, în care identitatea continua să se dezvolte în concordanță cu tipare previzibile, gratificatoare social (Erikson, 1968).

Lecturile din cadrul literaturii psihanalitice interculturale, alături de observarea directă, de-a lungul multor ani, a numeroase alte familii indiene și pakistaneze din mediul clinic, precum și din afara acestuia mă aduc la concluzia clară că acest tip de evoluție intimă în cadrul familiilor extinse — nu „o ruptură, ci o prelungire" (împrumutând faimoasa expresie a unui alt poet, Donne, dintr-o poezie scrisă în 1611) — nu este nicidecum rar întâlnit, ba chiar se poate să constituie încă norma pentru cele mai multe dintre comunitățile din diaspora nord-americană, cât și pentru cele de pe teritoriul subcontinentului. Este posibil ca acea interdependență transgenerațională —„sinele colectiv" — să atingă un fel de apogeu fundamental în anii de adolescență, dar își face pentru prima oară apariția în timpul primelor luni de viață, fapt descris cel mai în detaliu de către antropologul Stanley Kurtz, într-un capitol foarte captivant din cadrul unui volum publicat în 1992, dedicat unei etnografii de inspirație psihanalitică, aplicată la creșterea copiilor pe subcontinentul indian (Kurtz, 1992). Cartea lui Kurtz a fost întâmpinată cu unele critici justificate din partea unor autori analitici precum Salman Akhtar, care a pus sub semnul întrebării afirmația repetată cu privire la mamele indiene care, deși permisive *fizic* în privința alăptării și a dormitului împreună cu copiii mici, ar manifesta o lipsă evidentă de reactivitate *emoțională* și

de oglindire caldă și implicată a stărilor de sine ale copiilor, în comparație cu mamele nord-americane. Or, ideea acestei absențe poate fi — așa cum arată Akhtar — rapid contrazisă și prin cea mai superficială observare a interacțiunii în locuri publice dintre părinți din Asia de Sud și copiii lor. Ar fi tentant să încerc să elucidez motivele din spatele acestei disjuncții — o parte semnificativă din datele lui Kurtz par, de exemplu, să fi fost colectate din *medii* rurale relativ sărace, multe dintre acestea regăsindu-se în literatura anilor '60–'70 (vezi Minturn & Hitchcock, 1966; ne întrebăm aici și cât de empatici și de implicați în oglindire trebuie să fi părut părinții americani din zone îndepărtate ale Apalașilor în aceeași perioadă, mai ales în ochii unui observator străin). Totuși, ipoteza centrală a lui Kurtz, așa cum ne semnalează chiar și titlul cărții sale, *All Mothers are One* (*Toate mamele sunt una*), ar părea să sprijine cu tărie ideea „sinelui colectiv" a lui Roland. Această ipoteză, redusă la punctul ei central, este că mamele indiene (și, aș adăuga eu, și tații) cultivă un sistem relațional în care „maternajul" — precum și atașamentul sigur, familiaritatea și intimitatea pe care acesta îl reprezintă — este, încă de foarte timpuriu în viață, difuzat într-un sistem familial intergenerațional mai larg, nelimitându-se (așa cum se întâmplă adesea în Vest) la domeniul exclusiv al cuplului parental sau al poziției singulare a mamei (Chodorow, 1978). Observațiile lui Kurtz și Roland cu privire la individualitate și la tipul de parentaj specifice Asiei de Sud, care se apropie foarte mult de propriile mele observații referitoare la dinamica regăsită în cadrul părții „indiene" a familiei mele extinse biculturale, au implicații ample nu doar în privința dezvoltării adolescentine, ci și a întregului discurs analitic cu privire la atașament, care ia ca standard familia nucleară, vestică, de la mijlocul secolului XX, pe care acest discurs s-a bazat, și abundă în presupuneri tradiționaliste, heteronormative și sexiste, care ar trebui în curând reevaluate (Bowlby, 1969).

Revenind la adolescenți, aceste dezbateri interculturale ar părea să demonstreze clar faptul că adolescenții din cadrul diferitelor culturi nu se îmbarcă în călătoria adolescenței pornind de la același „mediu obișnuit previzibil" în ce privește atașamentele intime, ci mai degrabă intră în pubertate pornind de pe terenuri extrem de diferite, de la care se îndepărtează în multiple direcții de-a lungul anilor de adolescență. Familiile indiene, precum cea a soțului meu, fac eforturi de un nivel rar întâlnit printre familiile americane nucleare tipice de a cultiva o zonă intimă intermediară (începând de la intimitatea corporală, literală a „mamelor" multiple din copilărie), care funcționează într-o manieră similară cu „spațiul tranzițional" winnicottian, care face trecerea dintre lumea „internă" a legăturii dintre copil și mama sa biologică și lumea „externă" a covârstnicilor, a școlii și a comunității mai largi (Winnicott, 1953). O consecință practică a acestui interstițiu relațional fertil și trainic ar părea să fie faptul că adolescenții din Asia de Sud (și părinții lor) pătrund în furtuna adolescenței bazându-se pe un sistem de suport cu rădăcini mult mai flexibile și mai variate, în cadrul căruia există multiple noduri de atașament intim de-a lungul generațiilor, care funcționează asemenea unor proptele de care familiile se agață în timp ce negociază împreună transformările uneori amețitoare pe care le aduce adolescența.[34] În contrast,

[34] Sunt conștient că acest tablou al adolescenței indiene este unul pictat în roz și că nu ia în considerare unele dintre dezavantajele implicate de a avea o familie extinsă omniprezentă, implicată în mod ritualic. Cerințele relaționale ale acestui sistem extins pot aduce dificultăți specifice, spre exemplu, pentru nurorile nevoite să se lupte cu părinții (uneori dictatoriali, aflați sub același acoperiș) ai soților și sunt prezente și prin absența mai subtilă, dar nu mai puțin incomodă a „spațiului personal" de pe teritoriul subcontinentului indian (și pe care mulți indieni, asemenea rudelor mele, îl consideră un aspect bine-venit al experienței nord-americane). În pofida acestor limitări, cultura vieții de

adolescenții nord-americani tipici, ca și fratele meu Kevin acum un deceniu, intră în anii de adolescență fiind lipsiți de această vastă rețea de sprijin și bazându-se, în schimb, la un nivel poate neobișnuit în alte părți ale lumii pe stâlpul singular reprezentat de cuplul parental. Stâlpul format din părinte și adolescent, saturat la ambele capete cu intimitate și relevanță afectivă și bazat pe experiența din copilăria timpurie, poate să nu reziste într-o manieră sănătoasă la multele modificări — fiziologice, psihosexuale, culturale, semiotice — pe care le implică adolescența și, ca rezultat, conduce deseori înspre o restrângere semnificativă a intimității. Dacă această sugrumare a intimității ar avea loc, într-un același grad, în cadrul unei căsnicii, fiind însoțită de un refuz de a comunica profund, de o lipsă de afecțiune sau interes, de o ostilitate față de o adaptare comportamentală înțelegătoare, am putea-o vedea ca preludiu la divorț.

Aspecte economice, intimitate și separare: adolescența ca exod ambivalent

Cum au ajuns lucrurile în această formă? Teoriile noastre asupra dezvoltării ne spun că acest tip de înstrăinare temporară de familie este una normativă, determinată biologic, o parte integrantă din remodelarea neurologică/intrapsihică ce are loc în adolescență. Deși acesta constituie adesea un narativ util de avut la îndemână (care terapeut în lucru cu adolescenți nu a inclus uneori în descrierea adolescenților din practica sa imaginea acestora ca niște dezastre explozive, imprevizibile, opuse autorității?), acest narativ, așa

familie din cadrul contextului indian deține și multe puncte forte, dintre care unele sunt evidențiate în cadrul discuției prezente și care au fost adesea prea puțin subliniate sau chiar patologizate în relatările psihanalitice.

cum am încercat să demonstrez, este de fapt doar o poleială științifică ce acoperă un palier al unui folclor predominant vestic (european, nord-american), folclor care nu e deloc atât de vechi cum ar părea — acest lucru a fost demonstrat cu tărie de gânditori pornind de la magistralul Phillipe Ariès (1962) și până la vocile mai noi, precum cea a istoricului american Kent Baxter (2008). Deși o încercare de a oferi o expunere mai amănunțită asupra istoriografiei copilăriei și adolescenței ne-ar îndepărta foarte mult de discuția de față, ansamblul respectivei literaturi sugerează că noțiunea de adolescență drept un stadiu distinct al dezvoltării[35] datează cel târziu de la mijlocul secolului al XIX-lea, perioadă în care industrializarea, mai mult decât oricare alt factor, a remodelat contururile vieții de familie în întreaga Europă, precum și în SUA. În comparație cu societățile agrare, în cazul cărora ținerea copiilor aproape era o necesitate economică, nu doar pentru muncile agricole, ci și pentru cele meșteșugărești, în care secretele meșteșugului erau transmise de la o generație la alta, începuturile industrializării au intensificat exponențial un curent demografic aflat deja în creștere în Europa încă de la debutul epocii coloniale, care privea apreciativ părăsirea cuibului — separarea, individuarea, înfigerea steagului în pământul unor ținuturi îndepărtate —, drept mijloc de a-ți croi propriul drum în lume. Acel imperativ economic, definitoriu din punct de vedere cultural, înspre separare, din cadrul contextului nord-american, nu și-a pierdut din forță odată cu închiderea frontierei simbolizate de conectarea căilor ferate intercontinentale de la sfârșitul anilor 1860, ba chiar a devenit mai puternică pe măsură ce economia, folosindu-se tot de

[35] Și chiar și cuvântul propriu-zis: Baxter (2008) afirmă că termenul „adolescență" a intrat în limba engleză abia la mijlocul secolului al XIX-lea, termenul comun uzitat pentru „adolescent", „teenager" (persoană cu vârstă între treisprezece și nouăsprezece ani), intrând în limbă chiar mai târziu — în anii '30.

acele căi ferate (și, mai târziu, autostrăzi și căi aeriene), a modelat o forță de muncă mai rapidă și mai informată, pregătită să-i urmeze cerințele și să-i culeagă roadele materiale.

Așadar, exact la momentul la care industria crea o serie vastă de oportunități economice pentru tinerii dispuși să-și lase rădăcinile în urmă, în părți îndepărtate ale țării și ale lumii, aceeași industrie alimenta o nevoie paralelă de noi generații de manageri, inventatori, cercetători și profesori, care constituiau împreună un alt rezervor de oportunități pentru adolescenții epocii, reprezentat de sistemul educațional. Acest curent, așa cum semnalează Baxter, este evident prin apariția rapidă a liceelor în a doua jumătate a secolului al XIX-lea (urmarea acestora devenind lege), ca și prin sectorul în continuă expansiune și treptată democratizare a educației superioare. Avem la dispoziție numeroase dovezi ale acestei formalizări relativ recente — uneori vertiginoase — a transmiterii cunoașterii către generațiile de tineri americani din cadrul istoriei recente. Spre exemplu, atunci când tatăl meu a intrat la facultate în anul întâi, cu foarte puțină vreme înainte de izbucnirea celui de-al Doilea Război Mondial, numai 4,6 % dintre americani aveau studii superioare (Wilson, 2017). Titularizarea sa ca licențiat în domeniul afacerilor în deceniul de după război — formare universitară achitată de statul care ajuta veteranii (și privită cu un scepticism amuzat de bunicul meu autodidact) — constituia o îndeajuns de mare noutate în acel punct încât să se dovedească irelevantă pentru cariera viitoare a tatălui meu. În mod caracteristic și poate nu atipic, nu s-a obosit niciodată să-și finalizeze disertația de masterat (MBA). Cu toate acestea, pe parcursul unei singure generații, studiile universitare — multe dintre acestea necesitând relocarea la o distanță semnificativă de casa natală — au trecut de la a reprezenta un ornament al poziției sociale deținut de un număr restrâns și exclusivist de persoane la a constitui o cerință obligatorie obișnuită

la angajare pentru un vast segment din populație (e vorba nu doar despre cei 33 % licențiați în mod curent, ci și despre mult mai vastul sector al populației care aspiră la acea distincție și face eforturi din ce în ce mai serioase în fiecare an pentru a o dobândi). În mod similar, studiile doctorale au avut parte de o creștere rapidă, devenind surse căutate, adesea chiar esențiale, de „capital cultural" printre tinerii care aspiră la un spațiu în cadrul elitelor profesionale, intelectuale și manageriale.

Așadar, străduindu-se să pună bani deoparte pentru educația noastră universitară, de-a lungul anilor '50, '60 și '70, părinții mei nu doar urmau, cum s-ar fi presupus, dictatele lumii costumelor de stofă gri în care se căsătoriseră, ci lucrau în mod activ și la a ne împinge pe noi înspre o structură protectoare — un mediu tranzițional, dacă vreți: noi pășuni înverzite ivindu-se din spatele următoarei creste — care să ne pună la dispoziție profesii serioase și un grad de siguranță economică odată intrați în viața adultă. În comparație însă cu generațiile de părinți din epoca preindustrială, eforturile lor, ca și cele ale aceleiași categorii de părinți din comunitățile de pe întregul țării, implicau un compromis tacit, deși adesea destul de dureros. Pentru ca speranțele respective să se poată împlini, pentru ca acele pământuri fertile să se întrevadă, copiii lor trebuiau să plece, să se detașeze, geografic și emoțional, de familie și să-și croiască propriile drumuri, propriile profesii și iubiri, iar, în timp, și propriile experiențe familiale ermetic încapsulate, sub alte acoperișuri. Această așteptare a îndepărtării — rar rostită, dar normativă, evidentă în piesele fie siropoase, fie melancolice ale unei părți atât de mari a muzicii pop, precum și în ritualurile frenetice ale anilor adolescenței (de la politicile grupului de covârstnici, ale sexului și ale întâlnirilor romantice și până la pregătirile de facultate) — impregnează perioada adolescentină din prezent, o perioadă marcată de

dispozițiile afective schimbătoare (un alt aspect determinat cultural). Separarea/individuarea, mai puțin o epigeneză intrapsihică și mai mult o așteptare economică și culturală, este cu certitudine însoțită de un tezaur de noi posibilități de plăcere, dar se află și la baza înaltei și uneori copleșitoarei ambivalențe care caracterizează trecerea adolescentină, și nu doar pentru adolescenți.

În cadrul cărții sale recente despre creșterea copiilor, *All Joy and No Fun*, o lucrare extinsă și de observație meticuloasă, jurnalista Jennifer Senior (2015) descrie cu o puternică directețe maniera în care părinții sunt afectați de trecerea în adolescență a copiilor, pe măsură ce aceștia din urmă intră în perioada pubertății și se schimbă, se transformă și se distanțează (în zilele noastre, această trecere la adolescență a devenit mai degrabă rezultatul unei alegeri active a unui stil de viață decât efectul unei inevitabilități biologice). Butonând permanent telefoanele lor, glisând peste digurile sociale înspre spații nevăzute ale căror puncte de atracție și riscuri nu sunt deloc greu de imaginat, adolescenții fie rebeli, fie taciturni ai lui Senior (și ai noștri, ai tuturor) se supun de fapt unui itinerar cultural riguros care li se transmite din toate direcțiile de-a lungul procesului de creștere: *Pleacă! Hotărăște-te ce vrei! Găsește-ți drumul în lume!* Acest exod generațional impus — asemenea migrației lemingilor, caracteristica definitorie a experienței adolescentine vestice și a „sinelui individual" adult care se naște din aceasta — le creează părinților o anxietate nebănuită și chiar o suferință de doliu, pe măsură ce se confruntă cu schimbările pe care le produce, precum părăsirea și înstrăinarea de cuibul familial. Adolescenții fac, într-o manieră nonșalantă sau dramatică, alegeri care variază în privința similitudinii cu așteptările părinților, iar anii adolescenței sunt însoțiți de avântarea în forme uneori înspăimântătoare de comportamente simptomatice, de la consumul de droguri la tentative de suicid. Cu toate

acestea, se întâmplă extrem de des, după cum observă și Senior, dar ne demonstrează și mult din experiența clinică cotidiană, ca părinții — la fel ca și terapeuții sau adulții care ne pun în scris teoriile — să considere aceste curente îngrijorătoare ca reprezentând doar niște fenomene izolate care se desfășoară sub carapacea opacă a trupurilor adolescentine. Susținând acest palier comun, dar întunecat al unui folclor aprobat științific, părinții și terapeuții sunt privați de un nivel de putere (sau poate înțelepciune) care ar putea să derive din a realiza că amprentele lor, individuale și colective, se reflectă, într-o oglindă relațională, în rătăcirile pline de frământare ale adolescenților lor. (Să ne amintim doar de așteptările și dorințele imposibil de contradictorii ale părinților: „Maturizează-te! / Nu pleca!"; „Găsește-ți propria cale!" / „Fă ce spun eu!")

La fel s-a întâmplat, cred eu, și în cazul episodului furtunos de separare-individuare pus în scenă cu zeci de ani în urmă de experiența fratelui meu Kevin și, în moduri nu tocmai diferite, în tabloul liric al subiectului poeziei lui Rimbaud, precum și în viața poetului însuși, cu un secol înainte. Excesele simptomatice ale trecerii lui Kevin prin vârtejul adolescentin, atât de dureroase pentru noi toți, au pus pentru o vreme în umbră traiectoria sa evidentă, deși poate șovăitoare, înspre exterior. Deși Kevin a respins cu hotărâre *metoda* preferată de părinții mei cu privire la separare și plonjare în viața adultă, indiferent de ambivalența sa, el nu le-a contestat niciodată *scopul*. Neadoptarea formei externe a visurilor pe care le aveau ei în ce-l privea — întorcând spatele educației academice — i-a făcut cu siguranță experiența adolescentină mai dificilă decât ne-a fost acelora dintre noi care am parcurs-o într-o manieră mai apropiată de calea așteptată, nemaivorbind de resentimentele și durerea stârnite de alegerile sale și de brutala reviziure a acestor visuri. Cu toate acestea, până să ajungă în jurul vârstei de 25 de ani, Kevin — în principal

prin intermediul interacțiunilor informale cu membrii anturajului său — într-adevăr dobândise o educație proprie. Deși acel mod de învățare mai puțin structurată nu i-a oferit niciodată posibilitatea obținerii acelui tip de distincții academice care i-ar fi permis să se înscrie în rândurile profesiilor mai înalte sau chiar și să poată pricepe conținutul lucrării de față (cu siguranță i-ar fi captat esența, dar ar fi găsit că limbajul e descurajator), a intrat în viața adultă cu o serie de competențe specializate — de la a pune gresie și faianță la a monta uși și a ranforsa ferestre — a căror valoare sau lipsă de importanță depinde întru totul de contextul relațional din perspectiva căruia sunt privite.

Subiectul poetic al lui Rimbaud, bazat pe experiența trăită de poetul însuși la 17 ani, în anii 1870, ni se înfățișează într-o manieră similară, pe o cale aparent convențională: un adolescent visător, ieșit la o plimbare, deodată impresionat de frumusețea care îl înconjoară, în cel mai viu mod întruchipată de prezența efemeră a fetei adolescente care îi cucerește inima și, pentru o vreme, îi stăpânește visele. Titlul în franceză al poeziei, „Roman", sugerează o ambiguitate greu de surprins în cazul unei traduceri. Acel cuvânt poate să însemne și „romanță", cu toate posibilitățile narative convenționale care însoțesc termenul (fericirile până la adânci bătrânețe ale iubirii și căsătoriei), dar poate la fel de ușor să fie tradus prin „Roman", o narațiune mai vastă și mai cuprinzătoare ce se înfiripa din ce în ce mai intens la momentul la care scria Rimbaud, lipsită însă de aceeași finalitate prestabilită. Așa cum ar fi spus-o profesoara mea de franceză din liceu, „romanța" din titlu se referă mai puțin la fata propriu-zisă și mai mult la relația dintre poet și arta sa, incluzând cuvintele cu care o curtează, precum și acele versuri ulterioare (poezia însăși), în care își înregistrează experiența și își conduce forma artistică aleasă în noi direcții, neașteptate și remarcabil de moderne.

Concluzii

Rimbaud fusese, desigur, un rebel nu doar în arta sa, ci și în viață, ducând pentru o vreme o existență scandaloasă care (împreună cu renumele său în creștere) trebuie să-i fi provocat derută și indignare mamei sale singure, pios autoritare. Homosexualitate, viol, sadomasochism, droguri: poeziile de mai târziu ale lui Rimbaud — un catalog al experiențelor sale și o prefigurare a atâtor de multe dintre temele „de nerostit" care au preocupat generațiile ulterioare de artiști și adolescenți — au fost toate puse pe hârtie înainte ca el să împlinească 21 de ani, moment faimos la care și-a lăsat stiloul deoparte și a pornit într-o altă direcție. Departe de a se întoarce, asemenea fiului risipitor, în brațele mamei sale, fostul poet s-a îndepărtat chiar mai mult de tărâmul natal, în cele din urmă stabilindu-se în Aden, Yemen, ca vânzător ambulant de cafea. Făcând acest lucru, s-a apropiat (în moduri care trebuie să-i fi fost clare) mai mult ca niciodată de modelul tatălui său, căpitan de vas, de care abia își mai aducea aminte.

S-ar fi întors oare poetul la scris dacă nu ar fi fost răpus pe neașteptate de cancer la vârsta de 38 de ani? Pornind de la puținele dovezi istorice, acest lucru pare foarte puțin probabil; și totuși citindu-i opera, este greu să ne dezbărăm de dorința de a fi existat un astfel de deznodământ cinematic: poetul matur, întorcându-se cu alai în îmbrățișarea lumii moderne pe care versurile sale din tinerețe o ajutaseră să se nască. Fără îndoială că reflecțiile mele sunt impregnate de o năzuință similară în ce-l privește pe fratele meu. Ar fi fost oare drumul lui Kevin mai puțin anevoios dacă ar fi fost mai puțin zdruncinat de valurile tulburi ale adolescenței — rebeliunea încăpățânată, adicțiile —, dacă el și părinții mei ar fi aparținut unei familii extinse mai îngăduitoare și mai diversificate, una care să-i fi „susținut"

(Winnicott, 1960b) mai bine neliniștile din acea perioadă? Datele factuale sunt în acest caz mult mai ambigue. Atât fratele mai mare, cât și sora mamei mele au avut fii care au respins facultatea în favoarea unor meserii, doi devenind antreprenori și un al treilea constructor naval (în ciuda unui foarte mare succes în meseria sa, cel din urmă s-a luptat cu alcoolismul și a murit prematur în circumstanțe similare cu ale lui Kevin). Însă în cadrul unui parcurs care ar fi de negândit pe partea „indiană" a familiei mele extinse, în care chiar și verii de gradul al doilea sunt incluși în configurația vieții de familie, acești veri primari (și părinții lor) au dus vieți complet separate de a noastră (i-am cunoscut pe doi dintre acești tineri în copilărie, dar nu l-am văzut niciodată pe al treilea). Această risipire indusă cultural, prototipică, americană a legăturilor familiale — înrădăcinarea profundă a separării-individuării și limitarea concomitentă a familiei la un soi de relație supersaturată, verticală între părinți și progeniturile lor — i-a privat pe acești tineri și pe părinții lor din relații familiale lărgite[36], care poate le-ar fi normalizat drumurile diferite și le-ar fi oferit părinților lor posibilitatea să realizeze că dedesubtul respingerii capcanelor dorințelor parentale se afla loialitatea lor față de anumite tipare familiale și culturale.

În cadrul literaturii psihanalitice și a profesiilor dedicate sănătății mentale în ansamblul lor, se știe, firește, deja de multă vreme că relațiile nefamiliale — fie că acestea sunt cu profesori, terapeuți, vecini sau antrenori, ca să nu mai vorbim de membrii familiei extinse, precum mătuși sau bunici, dacă sunt îndeajuns de intime (apropiate, familiar-cotidiene) — se pot dovedi decisive în inversarea efectelor toxice ale traumelor din trecut, în timp ce facilitează

[36] Conexiuni nu doar verticale între părinți și copii, ci și laterale (frați, verișori) și diagonale (bunici, mătuși/unchi, nepoți și nepoate etc.).

descoperirea unor arii neexploatate de sănătate și le permit adolescenților să depășească obstacole aparent insurmontabile. Cu toate acestea, în comparație cu discursul nostru încă dominant, din ce în ce mai fundamentat biologic asupra dezvoltării adolescentine, această literatură dedicată rezilienței (asemenea unei părți mari a scrierilor contemporane cu privire la procesul analitic) rămâne invariabil una de perspectivă „relațională" — mă refer aici la o perspectivă în care dezvoltarea sinelui este văzută ca fiind contextuală, ca plecând de la un fapt biologic ale cărui formă și semnificație sunt negociate în cadrul suprapunerii intime și extrem de variabile a așteptărilor care marchează familiile și culturile. Această perspectivă relațională aplicată adolescenței nu îi poate niciodată elibera pe părinți de tipul de îngrijorări care caracterizează adesea această etapă a vieții, dar sugerează totuși o cale înspre înțelegerea „sensului" intim al acestor neliniști. În loc să acorde atenție numai unor factori izolați — variabilelor imponderabile ale hormonilor sau genelor, sau cerințelor grupului de covârstnici, sau efectelor amețitoare ale culturii digitale —, părinții, precum și psihoterapeuții ar putea beneficia de pe urma unei încercări de a-și înțelege adolescenții în contextul a ce văd în fiecare dimineață atunci când se uită în oglindă: pe ei înșiși și vârtejul contradictoriu, uneori imposibil de satisfăcut, de dorințe și năzuințe, atât centrifug, cât și centripet, pe care îl insuflă în procesul de creștere a copiilor lor. Recunoscând și poate primind ajutor în privința acestor dificultăți — care, bineînțeles, nu sunt doar ale lor, ci și ale culturii noastre —, părinții ar putea ajunge să realizeze că lupta cea mai aprigă și mai intimă a adolescenților lor, pe parcursul trecerii adolescentine, se referă mai puțin la a se elibera ei înșiși de așteptările parentale cât la găsirea unei căi de a le împlini (oricât de dificil ar putea să pară acest lucru).

Capitolul 4

Relația de prietenie, dispoziția prietenoasă și intimitatea

Gurmeet Kanwal

Să începem cu observația că prima literă a cuvântului „intimitate" este „I" (în engleză „*I*" înseamnă „eu" — *n.t.*). Este interesant că, dacă ne uităm la primele două litere, avem cuvântul „*in*" (în română, „în" — *n.t.*), iar primele trei litere ne oferă un indiciu al derivației latine a cuvântului din cuvântul-rădăcină „*intimus*" (Wiktionary, 2018), care înseamnă „cel mai profund". Cum se face atunci că în psihologie am ajuns să considerăm intimitatea drept un subiect care se referă la apropierea *dintre* oameni?

Iată o modalitate de a înțelege acest lucru. Măsura în care avem posibilitatea de a stabili o relație intimă cu o altă persoană depinde de măsura în care suntem conectați la propria subiectivitate profundă într-o manieră deplină și sănătoasă. Intimitatea devine un fenomen între oameni, dar numai având-și originile în experiența de intimitate cu sine. Se întâmplă prea des să observăm în munca noastră clinică oameni care încearcă cu disperare să stabilească relații apropiate (adică o anumită intimitate) cu ceilalți fără să fi stabilit o intimitate cu propria lor subiectivitate. Cu cât sunt mai prevalente operațiile disociative din cadrul unui sistem al sinelui, cu atât este mai dificil să creezi o experiență relațională satisfăcătoare. Deși disocierile constituie uneori singurul mod de a supraviețui traumei

relaționale, „ca manieră proactivă de a-ți trăi viața, costul acestei soluții este însă întotdeauna identic pentru fiecare individ — o viață netrăită la un nivel sau altul" (Bromberg, 1998, p. 202). Iar acest rezultat nu e deloc unul de dorit!

Opusul este și el adevărat. Modul în care o persoană trăiește intimitatea în raport cu propria-i subiectivitate va depinde de tipul de intimitate de care are parte în cadrul relațional. Din perspectiva dezvoltării, aceasta începe cu diada mamă–bebeluș (îngrijitor–bebeluș) și se dezvoltă de acolo înspre cercuri relaționale din ce în ce mai extinse.

Iată deci cum planul intrapsihic și cel interpersonal sunt legate tot timpul, inclusiv din perspectiva dezvoltării — prin intermediul unei dinamici experiențiale recursive, în cadrul căreia relaționalul construiește în mod constant personalul, iar personalul generează în mod constant relaționalul. Tulburările care au loc într-unul dintre planuri conduc la tulburări în cadrul celuilalt. Intrapsihicul și interpersonalul sunt complet dependente unul de celălalt sau, cu alte cuvinte, sunt complet interdependente. Altfel spus, în exprimarea lui Bromberg (1998), există „o negociere continuă între cele două realități subiective — interioritatea creativă și relaționarea socială" (p. 127).

Așadar, intimitatea este o experiență circulară care poate fi văzută fie ca începând de la cel mai profund nivel al ființei noastre și îndreptându-se în exterior pentru a stabili relații, fie ca începând dintr-un context relațional care permite dezvoltarea și experiențierea propriei subiectivități. Modelul teoretic utilizat depinde de punctul unde ne dorim să punem degetul pe harta metapsihologică pentru a trasa suprafața acestei benzi a lui Möbius. Nu este deci vorba de a urmări cu degetul două suprafețe — aceasta e doar o iluzie perceptivă. Un cuplet scris de un poet indian din secolul al XV-lea, Kabir, oferă o bună imagine, primul vers traducându-se prin „aleea iubirii este atât de îngustă, încât

nu este loc pentru doi s-o parcurgă".[37] Implicația psihologică a cupletului poate fi utilizată ca metaforă pentru etimologia cuvântului „intimitate". A fi îndrăgostit implică faptul că există doi și totuși într-un mod paradoxal nu este loc decât pentru unul. Dar paradoxul (ce nu poate fi rezolvat, așa cum ne avertizează Winnicott) este că cei doi sunt unul și același, provenind din aceeași circularitate continuă. Astfel, cuvântul „intimitate" are sens atât din punct de vedere etimologic, cât și psihologic. Un anumit tip de experiență de relaționare și de intimitate despre care nu se vorbește îndeajuns în literatura psihanalitică este dispoziția prietenoasă. Acest capitol pune în discuție relația dintre dispoziția prietenoasă și intimitate. Unde plasăm dispoziția prietenoasă într-un context psihanalitic? Care este valoarea acesteia, din perspectiva dezvoltării, din punct de vedere psihodinamic și clinic, în înțelegerea și facilitarea intimității?

În cadrul introducerii lucrării *Joc și realitate* (1971/trad. rom.: 2006), Winnicott a scris că „în descrierea locului acestor fenomene în viața unui copil, poziția centrală deținută de Winnie Ursulețul[38] trebuie recunoscută" (p. 11). Este interesant cum, la 27 de ani mai târziu, Ursulețul Winnie a fost desemnat și onorat ca mascotă internațională a prieteniei de către Națiunile Unite. Ce sugera referirea lui Winnicott la Ursulețul Winnie? Poate că Winnicott făcea intuitiv trimitere la semnificația relațiilor de prietenie, ca și la semnificația obiectelor tranziționale și a jocului, deși a spus puține despre prietenie în particular. În 1998, Ansamblul General al Națiunilor Unite i-a onorat pe Ursulețul Winnie și pe celelalte personaje printr-o inscripție comemorativă în care i se mulțumea pentru constantul său mesaj de „tovărășie, loialitate și

[37] În hindi: *„Prem gali ati sankri tame do na samaye"*.

[38] Winnie the Pooh, personaj din cărțile pentru copii ale autorului englez A.A. Milne, numit în română Ursulețul Winnie Puh sau Winnie de Pluș. (*N.t.*)

prietenie față de lume". Națiunile Unite au proclamat, de asemenea, în 2011 ziua de 30 iulie ca „Ziua Internațională a Prieteniei". Fie că prin cărți, poezie, folclor sau film, lumea a recunoscut întotdeauna importanța prieteniei în viața omenească, mult mai mult decât am făcut-o vreodată noi psihanaliștii, cel puțin în cadrul teoriilor noastre.

Definiții

Mulți scriitori l-au citat pe Aristotel cu privire la tema prieteniei, datorită faptului că în opera sa seminală *Etica nicomahică* acesta descrie trei tipuri de prietenie. Thomson (1998) rezumă categoriile aristoteliene ca fiind „(1) prietenii care oferă o sursă de plăcere; (2) prietenii cu care ne angajăm în relații comerciale; și, în cele din urmă, (3) acei prieteni pe care îi iubim pur și simplu pentru cine sunt" (pp. 553–554). Cu toate acestea, acest capitol nu se referă la tipurile de prietenie, ci constituie mai degrabă o încercare de a pătrunde în spatele înțelegerii psihanalitice a sentimentului de prietenie, ca experiență psihică și tip de afect. Pentru a menține acea claritate, aș sugera următoarele definiții:

Prietenia (*friendship*) este o ecuație relațională dominată de o dispoziție prietenoasă care se consolidează de-a lungul timpului astfel încât avantajele menținerii ecuației relaționale încep să contrabalanseze multe alte obligații, dorințe sau cerințe sociale. Adesea, în mod deosebit în cursul anumitor stadii de dezvoltare, aceasta poate chiar să aibă prioritate în fața dorințelor sexuale — „tovarășii înaintea târfelor" sau „gagicile înaintea sculelor"[39] sunt

[39] „Bros before Hos" / „Chicks before Dicks" în original, expresii de argou împământenite (mai ales în engleza americană), care exprimă statutul prioritar al relațiilor cu prietenii față de relațiile de cuplu. (*N.t.*)

strigăte de protest care exprimă astfel de priorități homosociale (în acest caz, nonsexuale). Kayleen Schaefer (2018) explorează centralitatea relațiilor de prietenie între femei în cartea sa, *Text Me When you Get Home: The Evolution of Modern Female Friendship* (*Dă-mi mesaj când ajungi acasă: evoluția prieteniei moderne între femei*). În mod similar, Michael Kimmel analizează această dinamică în cazul bărbaților în cartea sa din 2008, *Guyland* (*Tărâmul bărbaților*), în care afirmă că „masculinitatea este într-o mare parte o experiență «homosocială»: prestată pentru alți bărbați și judecată de aceștia" (p. 47).

Prietenii sunt indivizi care au capacitatea de a susține prietenia de-a lungul unor perioade semnificative. Prietenii nu sunt cunoștințe, colegi sau membri ai familiei, deși dispoziția prietenoasă poate fi regăsită în toate aceste relații și pot adesea exista suprapuneri între acele categorii. Un efect cultural și filologic nociv al Facebookului este, în opinia mea, pervertirea cuvântului „prieten", sugerând că oricine se întâmplă să ajungă pe pagina ta de Facebook este desemnat ca fiindu-ți „prieten". În lumea digitală, cuvântul „prieten" a dobândit o semnificație iluzorie, efemeră și înșelătoare. În plus, se folosește de principiul central de cooperare din spatele sentimentului de prietenie și îl transformă într-unul competitiv și comercial, oamenii concurând la a avea un „număr" mai mare al listei lor de „prieteni" decât alții.

În timp ce prietenia desemnează starea relațională constantă dintre doi prieteni, **dispoziția prietenoasă** (*friendliness*) este o stare de integrare relațională dintre oameni care trebuie văzută ca fiind *dinamică*. Anume, se află în continuă schimbare, apare și dispare, se formează și se dizolvă, devine latentă sau activă, în orice cadru relațional, fie că se întâmplă între „prieteni", iubiți sau soți, ori chiar părinți și copii, precum și între pacienți și terapeuți (transferențial sau în alt fel).

Există o distincție importantă de păstrat în minte între intimitate și dispoziția prietenoasă. Intimitatea este neutră ca valoare. Ea poate fi „bună" sau „rea". Intimitatea se poate structura în jurul relei-voințe, a ostilității sau a agresivității — i.e., unii oameni pot fi implicați într-o intimitate sadomasochistă. Acel tip de intimitate implică o fluctuație continuă între motivația conjunctivă și cea disjunctivă (termeni introduși de Sullivan, la care voi reveni) — asemenea fenomenelor schizoide, în care fluctuația este între evitare și apropiere. Putem să observăm o intimitate între parteneri, dintre care unul este abuziv, iar celălalt abuzat, unul este exploatator, iar celălalt exploatat, unul este opresor, iar celălalt opresat, ori unul este dedicat și loial, în timp ce celălalt este necredincios și amăgitor. În multe dintre aceste circumstanțe, ne putem trezi întrebându-ne de ce mai sunt împreună? Deseori, pacienții se află în tratament tocmai pentru a se dumiri ei înșiși care sunt motivele.

Dispoziția prietenoasă, pe de altă parte, se referă întotdeauna, în opinia mea, la un element pozitiv al intimității. Dispoziția prietenoasă nu este niciodată „rea", patologică sau dezadaptativă. Putem să avem prieteni răi, la fel cum putem să avem parteneri, soți sau iubiți răi. Dar ceea ce sugerez este că dispoziția prietenoasă este acel aspect al relaționării care se referă la capacitatea de a fi îngrijorat față de celălalt (Winnicott, 1963), la siguranța interpersonală (Sullivan, 1953), la aspectul ludic mai degrabă decât la satisfacția libidinală (Winnicott, 2006) și la cooperare mai degrabă decât la competitivitate (Majolo, Ames & Brumpton, 2006). Prietenii pot fi competitivi, dar dispoziția prietenoasă este acel aspect dintre ei care este necompetitiv. Această distincție nu a fost făcută de obicei în cadrul literaturii psihologiei asupra prieteniei și a dispoziției prietenoase. Dispoziția prietenoasă nu este un atașament libidinal minus ceva anume, nu este o pulsiune

„cu scop inhibat“ (Freud, 1921), ci, mai degrabă, este un scop în sine. Dispoziția prietenoasă nu este o stație intermediară dintr-o călătorie întreruptă către satisfacția sexuală sau o sublimare ocolitoare a fantasmelor și dorințelor competitive și agresive. Dispoziția prietenoasă este un produs al evoluției comportamentale și psihice care asigură supraviețuirea prin cooperare, afiliere, relaxare și siguranță. Acesta este motivul pentru care îl observăm atât la oameni, cât și la animale. Absența acestei claritățI este în mare măsură responsabilă pentru inexistența literaturii psihanalitice asupra dispoziției prietenoase, începând cu subsumarea sa de către Freud teoriei pulsiunilor.

Dispoziția prietenoasă și teoria pulsiunilor

Între pulsiunea libidinală/sexuală care stă la baza intimității și pulsiunea agresivă/de moarte care o tulbură sau o pervertește, unde anume a vizualizat Freud, dacă a făcut acest lucru, un spațiu pentru nevoia psihică de a avea o relație de prietenie? De fapt, nicăieri. Ca să-l parafrazăm pe Freud, prietenia și dispoziția prietenoasă sunt sexualitate cu scop inhibat sau iubire cu scop inhibat (Freud, 1921). În perspectiva sa binară, toate interacțiunile aparent nedeterminate de pulsiuni puteau fi reduse la una sau la cealaltă din cele două surse. Pentru Freud, toate activitățile umane sunt mascate — ele sunt derivate pulsionale și formațiuni de compromis. Dacă acceptăm această premisă, atunci nu rămân multe de spus despre prietenie în afară de a-i dezvălui originile într-o formă sublimată a satisfacerii pulsionale, în care atât agresivitatea, cât și libidoul sunt conținute prin anumite modalități, creând un spațiu pentru o interacțiune care tinde (astfel) să fie relativ lipsită de conflicte. Însă această perspectivă asupra

prieteniei și a dispoziției prietenoase împiedică posibilitatea de a înțelege o experiență umană omniprezentă, fundamentală și, cu toate acestea, majoritar neglijată de gândirea psihanalitică.

Leo Rangell (1963), descriind opinia lui Freud cu privire la prietenie, citează dintr-o comunicare personală cu Hart, referindu-se la afirmația acestuia din urmă că, „dispoziția prietenoasă și prietenia sunt descrise ca și cum ar fi niște variante diluate ale iubirii, la fel cum rozul este considerat o diluare a roșului". Radomisli (1968), luând în considerare aspectul inhibării scopului în cazul agresivității (mai degrabă decât al libidoului), scrie: „Atunci, poate a venit timpul să reexaminăm teoria psihanalitică cu privire la prietenie și să ne întrebăm dacă agresivitatea cu scop inhibat nu este la fel de importantă în prietenie ca sexualitatea cu scop inhibat". Așadar, atât Rangell, cât și Radomisli continuă în linia formulării freudiene a prieteniei și a dispoziției prietenoase ca expresii „cu scop inhibat" ale pulsiunilor libidinale sau agresive. În cadrul capitolului de față, eu prezint un punct de vedere care constituie tocmai opusul acestei perspective. Voi indica unele posibilități alternative, în principal ancorate într-o tradiție teoretică interpersonală/relațională. Voi susține faptul că dispoziția prietenoasă își merită propriul spațiu cromatic în universul spectral al posibilităților relaționale.

Care ar fi dovezile ce demonstrează că prietenia nu este o formă sublimată a activității libidinale? Toate tipurile de oameni au prieteni — atât cei care sunt liberi și satisfăcuți libidinal, cât și cei care prezintă conflicte și refulări libidinale. Iar prieteniile lor nu par să se caracterizeze prin aspecte semnificativ diferite. Există persoane cărora le este foarte dificil să-și facă prieteni. Acestora le este adesea dificil și să lege relații romantice/sexuale. Iar în ce-i privește pe aceia care au dificultăți în aria sexualității, dar nu și în cea a prieteniei, capacitatea lor de a întreține prietenii nu

pare să se modifice pe măsură ce-și soluționează problemele sexuale. Continuă să aibă aceeași nevoie de a avea prieteni. În multe societăți, absența conexiunilor filiale (care conduce la umilire sau alienare socială) poate fi mult mai devastatoare decât lipsa capacității de a atinge intimitatea sexuală. Cu alte cuvinte, s-ar putea ca dispoziția prietenoasă sau afabilă să fie valorizată în cadrul culturilor mai mult decât intimitatea sexuală.

De asemenea, știm din cele mai vechi timpuri că prieteniile pot depăși toate tipurile de bariere sociale umane prestabilite. Prietenii care trec peste limite socioeconomice sau de castă sunt descrise chiar în mituri indiene antice, spre exemplu cea dintre Krishna (de descendență regală și o manifestare a divinității) și Sudama (un țăran sărac și umil), precum și cea dintre Karna (considerat inițial, în mod eronat, ca făcând parte dintr-o castă inferioară) și Duryodhana (un prinț, deci cineva dintr-o castă superioară) din *Mahabharata*. În *Moby Dick* al lui Melville, suntem martorii prieteniei improbabile dintre Ishmael și Queequeg, unul fiind atras de celălalt contrar tuturor așteptărilor: „Era, ce-i drept, sălbatic și arăta ceva de speriat; totuși, începusem să simt pentru el o atracție misterioasă"[40]. Prieteniile dintre potențiali parteneri sexuali par, în literatura populară, să constituie provocări mai mari. Exemplul clasic ni-l oferă filmul *Când Harry a cunoscut-o pe Sally* (apărut pe ecrane în 1989). În ciuda marilor eforturi și având o sumedenie de discuții în contradictoriu despre posibilitatea prieteniei, cei doi protagoniști ajung în cele din urmă un cuplu. Concluzia este că dispoziția prietenoasă între potențiali parteneri sexuali conduce cu ușurință la intimitate sexuală. Dar, dacă intimitatea prietenească poate deveni drumul către intimitatea sexuală, atunci cum ar putea dispoziția prietenoasă să fie o formă de sexualitate „cu scop inhibat"? Este un drum

[40] Trad. rom.: Editura Minerva, București: 1973, p. 95. (*N.t.*)

deschis sau un drum înfundat? Dispoziția prietenoasă facilitează sexualitatea; nu este o cale ocolitoare a sexualității. Cu siguranță, nu în vreun sens universal.

Observăm existența dispoziției prietenoase între specii (câinele este considerat cel mai bun prieten al omului), chiar dacă nu există reproducere sexuală între specii. În fapt, caracteristica definitorie a unei specii constă în absența posibilității de reproducere cu altă specie. Cu toate acestea, există o abundență de dovezi ale dispoziției prietenoase între specii. În mod interesant, imaginile care înfățișează dispoziția prietenoasă între specii reprezintă un foarte mare punct de atracție pentru oameni. Cartea lui Jennifer Holland (2011), *Unlikely friendships* (*Prietenii improbabile*), care conține 47 de povești care prezintă dispoziția prietenoasă dintre specii este îndeajuns de populară încât să ocupe locul #304 pe lista de cărți pentru Kindle a site-ului Amazon. Se poate să existe multe motive în spatele acestei reacții. Voi sugera aici trei dintre acestea, deși este cu certitudine posibil să existe și altele: (i) Aceste imagini demonstrează că nu trebuie să ne temem de lucruri (sau de sentimente, cum ar fi cel de agresivitate) de care ne-am temut în mod obișnuit — precum imaginea prieteniei dintre un tigru și o capră sau văzând cum o pasăre ciugulește mâncare dintre dinții unui crocodil! (ii) Observarea dispoziției prietenoase dintre specii se încadrează în categoria spargerii tabuurilor și, în consecință, ne provoacă o fascinație ontogenetică. Aceste tabuuri pot să se refere și la altceva decât la aspecte ale sexualității sau ale incestului. Pot să fie și tabuuri ascunse în spatele xenofobiei și a multor altora dintre prejudecățile noastre. (iii) Posibilitatea prieteniei între specii relevă un optimism inerent. Implicația ar fi că pulsiunile pot fi îmblânzite, că obstacolele adânc înrădăcinate din perspectivă evolutivă pot fi depășite, că elementele disociate în mintea noastră pot coexista, ba chiar pot deveni integrate. Așadar,

dispoziția prietenoasă între specii întreține puterea Idealului. Acest fenomen biologic și evolutiv al dispoziției prietenoase între specii pur și simplu nu a fost luat în considerare în cadrul gândirii psihanalitice cu privire la prietenie sau la dispoziția prietenoasă. Prietenia dintre specii este și ceea ce face ca Ursulețul Winnie și grupul său de prieteni (un urs, un porc, doi canguri, un măgar, un tigru, un iepure, o bufniță și chiar și un om) să îi încânte atât de tare și pe copii, și pe adulți.

În vreme ce este adevărat că pulsiunile libidinale și agresive ar putea fi *descărcate* sau *deplasate* în cadrul unui câmp interpersonal integrat în jurul dispoziției prietenoase, aceasta nu înseamnă că dispoziția prietenoasă este prezentă numai pentru a permite o astfel de expresie pulsională. Și când acest lucru se întâmplă, aceasta nu implică automat că dispoziția prietenoasă constituie o activitate pulsională „cu scop inhibat". Singura implicație este că, întrucât siguranța interpersonală este o caracteristică relațională a dispoziției prietenoase, iar joaca este asociată ontogenetic cu aceasta, prieteniile pot adesea supraviețui în siguranță chiar și după exprimarea elementelor agresive sau erotizate. Măsura în care prieteniile pot conține fără pericol expresii libidinale și agresive variază de la cultură la cultură și de la diadă la diadă. Și în cadrul oricărei culturi date, ce este permis între bărbați este diferit de ceea ce este permis între femei (Rubin, 1986). Spre exemplu, atunci când compar experiența mea de a crește în India cu cea de a locui în SUA, este impresionant de observat spectrul cu mult mai larg al permisivității prieteniei dintre bărbați, în termenii căldurii emoționale, ai atingerii și ai afecțiunii verbale. Un comportament similar este mult mai posibil să fie perceput în SUA ca indicând înclinații homosexuale. Însă tocmai acest gen de interpretare cu rădăcini culturale poate să facă dispoziția prietenoasă să pară o formă de „sexualitate cu scop inhibat". Schaffner

(2001), descriindu-și experiența traiului în India, face aceeași observație: „Vesticii care călătoresc în India sunt adesea surprinși să vadă bărbați mergând pe stradă la braț sau ținându-se de mână ca semn al prieteniei, nu ca semn al unui interes homosexual" (p. 119).

Deși inovatoare în privința abordării acestei teme, lucrarea lui Rangell (1963) asupra dispoziției prietenoase prezintă două probleme: nu reușește să mențină distincția dintre investigarea dispoziției prietenoase ca *stare afectivă/relațională* și a prieteniei ca *structură relațională* și, deși semnalează originile timpurii ale dispoziției prietenoase, rădăcinile acesteia în joc și în experiența obiectului tranzițional, precum și relația dintre acesta și sentimentul de siguranță (ca opus al anxietății), Rangell nu reușește să observe eroarea din cadrul logicii freudiene cu privire la „inhibiția scopului" pulsiunilor ca reprezentând funcția primară a prieteniei.

Dovezi ale faptului că dispoziția prietenoasă constituie o capacitate și o cale *primară* a dezvoltării se regăsesc și în semnificația jocului. Știm, prin intermediul variilor domenii de studiu — psihanaliza, științele cognitive, sociologie, antropologie, biologie —, că jocul este esențial pentru starea de bine a organismelor orientate social, precum și un aspect universal al diferitelor specii și culturi (Bekoff, 1998; Bekoff & Jessica, 2009; Brown & Christopher, 2009; Burghardt, 2005; Smith, 1982). Știm că joaca începe de timpuriu și continuă pe tot parcursul vieții. Cu toate acestea, faptul că observăm elemente ale unor expresii libidinale și agresive în variate forme ale jocului nu implică automat că jocul ar reprezenta pur și simplu o formă de sexualitate sau agresivitate „cu scop inhibat". Și nici nu are implicația că evoluția jocului a avut loc astfel încât să redirecționeze sau să gestioneze pulsiunile libidinale și agresive. Corelația nu este, deci, echivalentă cu cauzalitatea.

De fapt, aș sugera că lucrurile se petrec în mod frecvent chiar invers. Erotismul poate deveni deseori o încercare greșit direcționată de a satisface nevoia individului de prietenie sau de amabilitate prietenoasă. Acest lucru creează probleme în palierul romantic al relației. În acest caz, sarcina terapiei este de a elibera dorința de prietenie de contaminarea sa cu erotismul. Am remarcat că pacienții care au fost în copilărie supuși abuzului sexual întâmpină adesea dificultăți în a face diferența dintre cele două. Este posibil ca dispoziția prietenoasă din cadrul experienței lor de dezvoltare să fi fost coruptă sau pervertită de erotismul necontrolat al părintelui abuziv. O astfel de tânără care se identifica drept bisexuală avea dificultăți de menținere a unei relații de prietenie, pentru că, mai devreme sau mai târziu, fie ajungea să se culce cu respectivii prieteni, fie se înfuria din cauza a ceea ce ea percepea ca fiind dorințe erotice ale celeilalte persoane, care constituiau o intruziune în dorința ei de a menține relația la un nivel de prietenie. Apoi își percepea „prietenii" ca fiind abuzatori și egoiști. Ce am înțeles este că dispoziția prietenoasă îi trezea anxietate și nesiguranță, pentru că nu putea fi sigură că va rezista în timp. „Avea nevoie" de contact sexual (credea ea) pentru a se asigura de interesul pe care i-l acorda cealaltă persoană. Și totuși, imediat ce intervenea sexualitatea, devenea mult mai greu de știut ce tip de interes era de fapt la mijloc. Soluția fantasmată devenea o problemă în plus, iar soluția reală îi era inaccesibilă.

De fapt, există multe teorii care explică de ce jocul a evoluat în rândul animalelor, neexistând un acord general în cadrul ansamblului literaturii științifice. Pellis, Pellis și Bell (2010) clasifică teoriile existente în două categorii principale: „ipoteza antrenamentului motor" și ipoteza „antrenamentului pentru situații neașteptate". Ipoteza antrenamentului motor sugerează că jocul constituie o modalitate de a antrena atât corpul, cât și creierul

organismului pentru a se angaja în comportamente adulte. Autorii indică, spre exemplu, existența unor modificări observate în regiunile cerebelului care controlează comportamentul motor. Se pare de fapt că „tipuri diferite de joc își ating vârful în etape diferite ale perioadei de pruncie a maimuțelor, iar aceste vârfuri corespund cu perioadele diferite de maturizare — deci sunt probabil asociate cu regiuni diferite ale creierului" (p. 281). A doua ipoteză sugerează că imprevizibilitatea și variabilitatea comportamentului de joc constituie o modalitate prin care organismul dezvoltă o mai mare competență de gestionare a imprevizibilului și a situațiilor neașteptate în viață. În consecință, „joaca este un mijloc de expunere a unui animal la situații noi și de a testa comportamente noi" (p. 282). Autorii continuă apoi prin a sugera o a treia posibilitate care le-ar putea circumscrie pe celelalte două: „Joaca antrenează animalele pentru a fi reziliente prin modificarea circuitelor neuronale care reglează răspunsurile emoționale" (p. 292). Datele științifice prezintă jocul drept o activitate multifuncțională care nici nu reprezintă o redirecționare a impulsurilor sexuale și nici nu se limitează la exersarea unor componente ale comportamentului sexual adult.

Dintre psihanaliști, Winnicott a fost cel care a creat un nou tip de spațiu în cadrul căruia să fie conceptualizate aspectele de dezvoltare ale jocului. Postulând conceptele de spațiu potențial și fenomen tranzițional, Winnicott a separat jocul de pulsiuni și a elaborat o linie de dezvoltare din copilăria mică până în viața adultă pentru varii activități din sfera creativă, referindu-se la toate acestea drept „joc", incluzând aici și experiența tratamentului psihanalitic. Acesta afirmă foarte explicit: „Dar joaca trebuie să fie studiată ca subiect de sine stătător, suplimentar conceptului sublimării pulsiunii. Având aceste două fenomene (activitățile de joacă, respectiv cele de masturbare)

atât de strâns legate în mintea noastră, este foarte posibil să se fi pierdut ceva. Am încercat să atrag atenția asupra faptului că, atunci când un copil se joacă, elementul masturbator este în mod fundamental absent" (p. 65). Puțin mai departe, scrie: „Cred că este important pentru analiști să li se reamintească în mod constant nu numai ce i se datorează lui Freud, ci și ce datorăm acestui lucru universal și natural numit joc" (p. 68). Consider că aceasta este o afirmație remarcabilă, ale cărei implicații nu au fost încă întru totul digerate sau recunoscute de teoria clasică. Urmând observația lui Winnicott, sugerez că joaca nu este posibilă în lipsa dispoziției prietenoase și că, în consecință, această stare afectivă, ca și joaca, trebuie să fie înțeleasă separat de pulsiunile cu scop inhibat. Winnicott își încheie lucrarea cu următoarele afirmații: „Joaca este în mod inerent excitantă și precară. Această caracteristică nu derivă din excitația pulsională, ci din precaritatea specifică interacțiunii, în mintea copilului, dintre ceea ce este subiectiv (cvasihalucinație) și ceea ce este perceput ca obiectiv (realitatea împărtășită sau propriu-zisă)"(p. 82).

Rangell recunoaște semnificația ideilor winnicottiene cu privire la fenomenele tranziționale (care, pentru Winnicott, conduc la spațiul de joacă) pentru a înțelege dispoziția prietenoasă. El scrie: „Aș putea menționa ca «prieten» timpuriu obiectul tranzițional descris de Winnicott. Acesta ar putea fi o păturică, un animal de companie sau o păpușă de cârpă". Continuă prin a spune: „Acesta ajunge apoi să servească precum un «prieten» timpuriu, dacă nu chiar un prim «prieten», un ajutor extern al unui eu plăpând și neexperimentat, în lupta sa de a înfrânge starea de neajutorare" (p. 15). Mai scrie (amintindu-ne de Sullivan): „Aceleași considerații se aplică și aceleași premise există și în cazul dezvoltării anxietății, al cărei opus este, apropo, dispoziția prietenoasă" (p. 13). Cu toate acestea, în ciuda clarității cu care vede conexiunea dintre dispoziția

prietenoasă și fenomenele tranziționale (incluzând aici joaca), autorului îi este dificil să contrazică noțiunea clasic stabilită conform căreia dispoziția prietenoasă se naște din pulsiunile cu scop inhibat. Winnicott, pe de altă parte, o vedea ca o formă de relaționare a Eului, afirmând că „se va constata că eu confer o mare importanță acestui fel de relație pentru că sunt de părere că ea reprezintă materialul din care este făcută prietenia" (Winnicott, 1958, p. 38).

Înțelegerea prieteniei din perspectiva interpersonală a dezvoltării

Pentru Sullivan, forma oricărei interacțiuni interpersonale se referă întru totul la stabilirea unui sentiment de siguranță. Așadar, variatele mecanisme pe care oamenii le utilizează pentru a-l atinge sunt numite „operațiuni de siguranță" (Sullivan, 2018). Din perspectiva dezvoltării, această nevoie de siguranță debutează încă de la naștere prin atenția acordată „nevoilor" fizice precum foamea. Autorul numește comportamentul și sentimentul stârnite persoanei îngrijitoare de nevoile bebelușului „tandrețe". Tandrețea este definită de Sullivan drept „o anumită tensiune [...] care reprezintă o potențialitate sau un impuls pentru activități potrivite — ori mai mult sau mai puțin potrivite — pentru a satisface nevoile bebelușului" (p. 76). Așadar, tensiunea foamei este eliminată (ceea ce Sullivan numește „satisfacție") prin tandrețea mamei care își oferă sânul. Apoi Sullivan prezintă ipoteza conform căreia, în contrast cu tensiunea nevoilor fizice, care este legată de „mediul fizico-chimic" al bebelușului, tensiunea *anxietății* este întru totul o funcție a „existenței în comun cu un mediu *personal* [...] relaxarea tensiunii anxietății [...] nu este experiența satisfacerii, ci cea a *siguranței*

interpersonale" (p. 79). Din perspectiva lui Sullivan, siguranța și valoarea proprie sau stima de sine constituie componentele-cheie ale sănătății mentale. Capacitatea de relaționare intimă se bazează pe aceste atribute. Sullivan (2018) scrie: „Intimitatea reprezintă acel tip de situație care implică doi oameni și care permite validarea tuturor componentelor valorii personale" (p. 351).

Noțiunile de „relaxare" și de „siguranță interpersonală" sunt de asemenea strâns legate de dezvoltarea și dinamica dispoziției prietenoase. Aceleași caracteristici relaționale sunt fundamentale pentru activitatea de joacă. Joaca este perturbată dacă cerințele sau așteptările libidinale intervin într-o manieră nereciprocă. Același lucru este valabil și în cazul dispoziției prietenoase. Astfel, conform teoriei interpersonale, dispoziția prietenoasă poate fi privită ca o achiziție în cadrul dezvoltării a unei cantități adecvate de siguranță, valoare personală și satisfacție. Bazele acestei capacități încep să fie construite în timpul copilăriei mici, apoi există unele stadii de dezvoltare în cadrul cărora exercitarea acestei capacități devine centrală și poate conduce la stabilirea unor prietenii pe termen lung sau, în cuvintele lui Sullivan, la „întovărășire".[41] Weinberg (1989) oferă următoarea descriere: „Este un proces interpersonal care furnizează tipul de validare consensuală ce constituie o parte atât de necesară a intimității, încât Sullivan l-a subliniat în cadrul prezentării epocii preadolescentine ca reprezentând un factor-cheie pentru dezvoltarea integrării interpersonale și a unui sentiment adevărat al sinelui, prin întovărășire". Pentru Sullivan, stabilirea de „tovărășii" avea potențialul de a oferi protecție împotriva perturbărilor semnificative, precum procesul schizofrenic.

[41] În original, „chumship", termen echivalent cu „întovărășire", „tovărășie" sau „amiciție"; în traducerea cărții lui Sullivan (2018, București: Editura Trei), termenul a fost redat ca „prietenie". (*N.t.*)

Pentru a înțelege dispoziția prietenoasă în contextul metapsihologiei interpersonale, este de asemenea necesar să luăm în considerare noțiunile lui Sullivan (2018) de dinamisme „conjunctive" și „disjunctive" (un „dinamism" fiind un tipar de interacțiune). Dinamismele „conjunctive" sunt acelea în care anxietatea este relativ absentă, ele lucrând la sporirea sentimentului de siguranță, precum și a intimității. Dinamismele „disjunctive" sunt cele modelate de o anxietate interpersonală semnificativă, ceea ce face ca indivizilor să le fie dificil să se simtă în siguranță, îndepărtându-i de posibilitatea intimității. O formă în mod deosebit toxică de dinamism disjunctiv este ceea ce Sullivan numea „transformare răuvoitoare". Aceasta este o situație în care individul resimte atâta anxietate cu privire la interacțiune, încât nu doar că se așteaptă la rea-voință, ci și reacționează, în anticipație, cu rea-voință, împiedicând astfel posibilitatea intimității. În înțelegerea mea, dispoziția prietenoasă este întotdeauna un dinamism conjunctiv. Este pe cât se poate opus transformării răuvoitoare. În cadrul altei lucrări, într-un context diferit, am numit această posibilitate a unui dinamism care sporește în mod activ șansele ca interacțiunea să rămână conjunctivă prin termenul de „transformare binevoitoare" (Kanwal, 2017), care este opus transformării răuvoitoare. De vreme ce în acea lucrare nu mă concentram asupra dispoziției prietenoase, acum aș considera-o și pe aceasta ca reprezentând o altă formă de transformare binevoitoare.

Experiența unei tandreți adecvate în timpul copilăriei mici pune bazele posibilității unui sentiment de siguranță adecvat și, în consecință, augmentează posibilitatea unor interacțiuni conjunctive satisfăcătoare pe parcursul vieții. Aceste tendințe conjunctive constituie o condiție necesară pentru dezvoltarea de succes a capacității individului de a resimți dispoziția prietenoasă, cât și a capacității acestuia de a dezvolta relații sexuale și romantice. Cu toate acestea,

aspectul pe care îl subliniez este că dispoziția prietenoasă reprezintă o cale de dezvoltare separată (și la fel de importantă) față de calea sexuală/romantică, și nu, așa cum a sugerat Freud (și Klein), fie o sublimare, fie o exprimare inhibată a impulsurilor libidinale. Teoria psihanalitică relațională ne oferă o modalitate mai bună de a înțelege dispoziția prietenoasă decât a făcut-o teoria clasică. Teoria relațională ne permite să formulăm faptul că dispoziția prietenoasă este o stare psihică facilitatoare a integrării stărilor disociate ale sinelui (Bromberg scrie, în Chefetz & Bromberg, 2004, „Cunoaște-ți stările de ne-mine. Unele dintre propriile-mi stări de ne-mine mi-au devenit, de-a lungul timpului, prieteni foarte buni".), întrucât constituie o formulă relațională de atingere a sentimentului de siguranță și a relaxării. Înțelegerea rolului central al sentimentului de siguranță și al celui de prietenie este de asemenea un aspect important la nivel macro sociocultural.

Dispoziția prietenoasă și xenofobia

În prezent, observăm peste tot în lume manifestările și consecințele xenofobiei. Din punct de vedere psihologic, dacă este să înțelegem xenofobia ca fiind anxietatea sau frica resimțită de o persoană în prezența a ceva nefamiliar, străin, nesimilar, din altă parte sau pur și simplu „un celălalt", atunci atitudinea și afectul asociate dispoziției prietenoase constituie întocmai antonimul său psihologic. În acest sens, în cadrul unei atmosfere geopolitice în care „naționalismul xenofob" (Akhtar, 2017), îngustimea provincială și șovinismul extrem devin pervazive, este din ce în ce mai important să înțelegem diminuarea corespondentă a dispoziției prietenoase. Dacă dispoziția prietenoasă emerge dintr-un sentiment de siguranță și

din capacități relaționale conjunctive, atunci atmosfera curentă de nesiguranță și teroare face ca tendințele disjunctive să fie cele dominante, făcând astfel dificilă înflorirea dispoziției prietenoase. Astfel se produce cercul vicios de alienare crescândă între ființele umane și semenii lor. Akhtar (2007) numește incapacitatea până și de a ne gândi la modurile în care o persoană îl alienează pe celălalt „xenofobie nementalizată". Dacă înțelegem semnificația profundă și bazală a dispoziției prietenoase pentru dezvoltarea psihică și pentru capacitatea noastră de joc, putem vedea cât de fundamental devastatoare și potențial periculoase sunt tendințele curente. Nu doar în termenii sănătății noastre politice și economice, ci și ai sănătății psihice a generațiilor care cresc în aceste timpuri. „Xenofobia nementalizată" face dispoziția prietenoasă imposibilă. Într-o scenă emblematică din filmul *Forrest Gump* (lansat în 1994), Forrest, un băiat cu dizabilități, rezolvă dilema noțiunii de străin, urcându-se pentru prima oară în autobuzul de școală, prin actul simplu de a se prezenta șoferiței și de a o ruga să i se prezinte și ea lui. „Acum, nu mai suntem străini", îi spune apoi. Este remarcabil cât de frecvent eșuăm cu toții în a face acest pas simplu către dispoziția prietenoasă atât în viețile noastre personale și profesionale, precum și în cele politice.

Ciaramelli (2001), în cadrul elegantului său eseu asupra prieteniei și a dorinței, analizează ipoteza lui La Boétie cu privire la natura prieteniei ca aflându-se în antiteză cu dorința de dominare. În viziunea lui Ciaramelli, „La Boétie ajunge inițial la concluzia că principiul dominației face prietenia imposibilă" (p. 373). Dispoziția prietenoasă reprezintă baza democrației. Derrida (1993) ne evidențiază acest lucru investigând doliul ascuns în spatele afirmației de deschidere a lucrării sale *Politics of friendship* (*Politici ale prieteniei*): „O, dragii mei prieteni, nu

există prietenie pe pământ". Aceste cuvinte sunt atribuite lui Aristotel de către Montaigne. Derrida scrie:

> *Dacă marile meditații canonice asupra prieteniei (spre exemplu,* De amicitia *a lui Cicero,* De l'amitié *a lui Montaigne,* L'amitié *a lui Blanchot) aparțin experienței de doliu, momentului de pierdere — aceea a unui prieten sau a unei prietenii —, dacă, prin elementul de neînlocuit al numelui, aceste meditații pătrund întotdeauna sub umbra testamentară pentru a delega moartea celui unic unui discurs universalizabil (dar și pentru a refuza includerea ei în acest discurs)...*
>
> *(p. 385)*

Atunci poate tocmai această prietenie constituie baza dreptății, iar în absența acesteia, simțim și absența democrației. Derrida încheie prin a întreba: „Când vom fi pregătiți pentru o experiență de egalitate care ar reprezenta un test respectuos al acestei prietenii și care ar fi, în sfârșit, un lucru drept — drept dincolo de justiție ca lege, în sensul a ceva pe măsura caracterului ne-măsurat al prieteniei?" (p. 388)

Aș sugera, pornind de la cuvintele lui Derrida, că, odată ce spațiul *de joacă* (deci și al dispoziției prietenoase) se diminuează într-o societate, la fel se întâmplă și cu posibilitatea de dreptate, egalitate și democrație. Atunci când competiția, dominația, lăcomia, invidia și xenofobia încep să eclipseze dispoziția prietenoasă și cooperarea, ne confruntăm cu începuturile sfârșitului unei civilizații. Golurile disociative din interiorul indivizilor și dintre oameni încep să crească, sistemele devin mai rigide, gândirea devine limitată, iar ceea ce este „ne-mine" este perceput ca meritând să fie exterminat. Această consecință — în care converg anxietățile disociative din interiorul individului și anxietățile disociative dintre membrii unei comunități sau dintre grupuri diferite în termenii etniei, rasei, culturii

sau naționalității — a fost bine explicată de Kristeva (1994) în cartea sa *Strangers to Oneself* (*Străini față de noi înșine*). Bromberg (2011) (precum și Allan Schore în prefața scrisă pentru cartea lui Bromberg) subliniază faptul că acest dezastru psihic poate fi și înscris în biologia noastră: „Cu cât este mai intens afectul nesimbolizat, cu atât sunt mai puternice forțele disociative care împiedică insulele izolate de individualitate să creeze legături una cu alta în cadrul memoriei de lucru" (p. 79).

O tot mai mare cantitate de literatură psihanalitică dedicată temei „alterității" provine din munca clinică, dar și din cadrele teoretice. Acest fapt are în mod natural implicații cu privire la conceptualizarea intimității. Un palier care nu s-a bucurat de destulă atenție cu privire la alteritate este noțiunea dispoziției prietenoase ca *bază de dezvoltare care determină modul în care orice individ gestionează alteritatea*, fie că acesta are loc sub forma rasismului, a sexismului, a naționalismului sau a altui „-ism" distructiv. Sunt de părere că, atunci când trauma relațională timpurie conduce la dificultăți de dobândire a capacității de atingere a dispoziției prietenoase (un caz extrem fiind acela descris de Sullivan ca „transformare răuvoitoare"), se pregătește terenul pentru dificultățile de gestionare a „alterității". Dispoziția prietenoasă este antitetică noțiunii de străin. Capacitatea de a atinge dispoziția prietenoasă constituie o achiziție de dezvoltare esențială pentru posibilitatea de a evita un caracter limitativ rigid și extrem care face posibilă înflorirea neîncrederii, a prejudecăților și a xenofobiei, atât în cadrul unei personalități, cât și al unei comunități. În acest sens, putem invoca stadiul eriksonian de „încredere versus neîncredere", precum și conceptul lui Balint de „defect fundamental" versus „încredere fundamentală". Dispoziția prietenoasă se bazează pe încredere, ca și joaca. Neîncrederea, pe de altă parte, este asociată cu „defectul fundamental" (Balint, 2014) ori cu ceea ce

este necunoscut, străin, disociat sau „ne-mine". Disocierea pervazivă a „ne-mine"-lui conduce înspre ubicuitatea periculoasă a „ne-tine"-ului.

Note clinice / prietenia ca transfer

Odată ce putem corecta ideea că dispoziția prietenoasă este „sexualitate cu scop inhibat", devine posibil să privim caracteristicile specifice ale dispoziției prietenoase așa cum ar putea ele apărea într-o situație terapeutică — atât în cadrul de referință transferențial-contratransferențial, precum și atunci când se manifestă ca o funcție a relației „reale" dintre pacient și terapeut. Pacienții chiar își aduc tot timpul experiențele de prietenie în terapie. Cred însă că terapeuții ar putea face mai mult dacă ar avea în minte dispoziția prietenoasă drept o capacitate care merită să fie evaluată, observată, cu privire la care merită să se lucreze și să fie investigată. Ar fi bine ca medicii psihiatri rezidenți și candidații în formare, precum și alte tipuri de studenți din mediul clinic să fie instruiți să acorde atenție acestei dinamici. Capacitatea de a atinge dispoziția prietenoasă este un bun indicator de pronostic pentru stabilirea unei alianțe terapeutice productive. În cuvintele lui Winnicott (1958): „În cele din urmă, ea s-ar putea dovedi a fi *matricea transferului*" (p. 38).

Unul dintre cele mai nocive efecte ale experienței traumatice din copilăria timpurie este acela că îl îndepărtează pe copil de covârstnicii săi. Creează un sentiment de apartenență la o lume diferită. Rușinea care însoțește trauma relațională face adesea imposibil ca acești copii să stabilească prietenii sau să aibă oportunități adecvate de a-și exprima capacitățile de atingere a unei dispoziții prietenoase. Singurătatea rezultantă este deseori mai

periculoasă decât durerea traumei — am conștientizat acest lucru datorită unuia dintre pacienții mei foarte traumatizați. Dacă nu ar fi existat cei câțiva prieteni pe care a reușit să și-i facă în copilărie, este foarte posibil să nu fi supraviețuit abuzurilor la care fusese supus de o mamă psihotică și de un tată răuvoitor în mod manifest. Și în travaliul nostru, elemente de prietenie și de dispoziție prietenoasă au devenit o parte foarte importantă a relației. Poziția obișnuită atunci când pacienții își exprimă dorința de a deveni „prieteni" cu terapeutul lor este de a interpreta această dorință fie ca rezistență la a deveni conștienți de elementele erotizate sau la continuarea tratamentului, fie ca un *acting out* menit să rupă cadrul, fie ca o formațiune reacțională împotriva ostilității refulate. Weinberg (1989) scrie:

> *Luăm întotdeauna în considerare percepția lor cu privire la noi ca potențiali amanți. Dar nu cumva ne scapă momentul în care ne văd ca tovarăși? Îl înregistrăm și, dacă da, cum reacționăm atunci când ne privesc ca prieteni? Ce înseamnă în terapie atunci când percepția lor cu privire la noi trece de la „punctul de referință" (Mahler) la „individul care stă în spate" (Bowlby)? S-ar putea să fie mai amenințător pentru noi să fim văzuți ca „un companion de încredere" decât ca figura parentalizată protectivă ori autoritară sau decât un amant dorit, fapt pe care ne grăbim să-l interpretăm. Cu toate acestea, în multe feluri, atunci când pacienții noștri încep să ne privească în acest mod, n-ar putea acesta să fie cel mai clar semnal că toată distanța dintre analist și pacient de fapt s-a diminuat? Și că tocmai aceasta, adică apropierea, directețea și egalitarismul, este ceea ce ne amenință mai mult pe noi decât pe pacient, pentru că ne confruntă cu acel sentiment de „cine, eu?" În mod bizar, acest lucru se întâmplă atunci când reușim să atingem acel scop pe care l-am vizat în cadrul analizei.*
>
> *(p. 364)*

Guy-Thompson (1998), deși nu se dezice de la ideea că prietenia este o iubire „cu scop inhibat", încearcă să demonstreze că relația analitică are aceleași caracteristici cu prietenia. În acest sens, el afirmă: „De fapt, nevroza de transfer este o formă de prietenie, manifestată prin încercările la care este supusă iubirea cu scop inhibat" (p. 559). Freud (1937, p. 326), pe de altă parte, scrie: „Nu trebuie considerat transfer orice relație bună între analist și analizand în timpul și după analiză. Mai există și relații de prietenie, care au baze reale și care se dovedesc viabile". Îmi place descrierea făcută de Weinberg (1989): „Analistul poate fi și este un «ambasador» al prieteniei pentru pacient".

O altă pacientă traumatizată mi s-a adresat cu ani în urmă tocmai pentru a putea gestiona suferința de doliu provocată de pierderea unui animal de companie. Prefera să aibă animale ca prieteni, și nu oameni. Animalele îi creau un mai mare sentiment de siguranță, nu prea exista posibilitatea să o dezamăgească, nu aveau cum să înțeleagă lucrurile greșit. A fost foarte important pentru ea că putuse crea acest spațiu pentru experiențierea dispoziției prietenoase, chiar dacă în cadrul lumii animale.

Într-una dintre supervizările mele, pe vremea când mă aflam în formare, am avut marele noroc să mi se semnaleze de către un supervizor că mă grăbisem să interpretez un anumit moment din transferul unui pacient ca exprimând o homosexualitate latentă, când, de fapt, supervizorului meu îi părea că nu era vorba decât despre dorința pacientului de a mă avea ca prieten. Lămurirea acestui lucru a fost importantă pentru acest pacient, care a legat această dorință de împrietenire de felul în care suferise timpuriu în viață după pierderea unui prieten.

O altă categorie de pacienți de luat în considerare este aceea a imigranților, care ajung adesea la doliul după pierderea oportunităților de a-și exercita dispoziția

prietenoasă, dar și după absența prieteniilor trainice lăsate în urmă, pe meleaguri îndepărtate. Din experiența mea, acesta constituie un motiv foarte comun din spatele depresiei la imigranți. Nu atât dificultatea de a găsi intimitatea legăturii de iubire, cât dificultatea de a găsi intimitatea prieteniei. Cred că acestei nevoi îi datorăm vasta proliferare a platformelor și aplicațiilor care furnizează un sentiment de conectare și de existență a prieteniilor. Pentru aceia care sunt separați într-un anumit moment din viață de prietenii cu care au crescut, sarcina de a-și face prieteni noi într-un mediu cultural nou poate fi destul de intimidantă (Ainslie et al., 2013). Uneori, analistul poate funcționa ca o punte a prieteniei între imigrant și cultura-gazdă, oferindu-i pacientului posibilitatea de a deveni mai sigur pe posibilitatea de a-și exercita dispoziția prietenoasă. Dacă terapeutul nu recunoaște unicitatea dispoziției prietenoase ca o cale de dezvoltare și ca o nevoie psihică, acesta ar putea veni cu interpretări în linia sexualității „cu scop inhibat", astfel pierzând din vedere o importantă nevoie și oportunitate terapeutică.

Concluzii

Greșeala de a înțelege dispoziția prietenoasă ca o simplă stare „cu scop inhibat" îi diminuează acesteia contribuția la sănătatea și dezvoltarea psihică, precum și rolul în relațiile sociale și globale. În cadrul acestui capitol, am încercat să subliniez unicitatea, precum și semnificația bazală pentru dezvoltare a dispoziției prietenoase ca experiență psihică. Dispoziția prietenoasă este asociată cu sentimentul de siguranță interpersonală, cu relaxarea și joaca. Din această perspectivă deci, și nu din cea a sexualității, trebuie înțeleasă, abordată și

interpretată semnificația dispoziției prietenoase. Înțelegerea dispoziției prietenoase în acest mod ar putea de asemenea să aibă efectul de a le oferi psihanaliștilor libertatea de a vedea, facilita și accepta prezența acestei dispoziții în matricea transferențial-contratransferențială și în cea a *acting out*-urilor. Atunci când ne uităm împrejur, în aceste timpuri, observăm o schimbare majoră în ce privește modurile în care intimitatea este explorată de oameni în întreaga lume. Fie că este vorba de intimitate heterosexuală ori homosexuală, sau poliamoroasă, sau de o intimitate ce trece de granițele rasiale, de etnicitate și de cultură, ori de diferențele de vârstă și de spectrele de gen, accentul psihanalitic tinde să fie pus pe ceea ce se petrece din punct de vedere sexual. Ceea ce nu este luat în considerare este cu ce ne pot ajuta toate acestea în a înțelege rolul central al dispoziției prietenoase și al prieteniilor. Auzim adesea oameni vorbind despre a avea sau a-și dori „prieteni cu beneficii" (adică virtuali amanți). Cu toate acestea, s-ar putea să existe momente când ceea ce au cu adevărat nevoie este să aibă niște „amanți cu beneficii" (adică niște virtuali prieteni).

Capitolul 5

Intimitatea și alteritatea în cuplurile multiculturale / interrasiale / interreligioase

Bari Smelson-Kanwal

Introducere

Ca psihanalist și terapeut de cuplu cu practică în New York City și Westchester County, cabinetul meu este populat de un grup divers de oameni. Ca femeie albă, evreică, într-o relație de cuplu heterosexuală, multiculturală, interrasială și interreligioasă, un număr semnificativ dintre colegii mei mă recomandă unor indivizi și cupluri multiculturale, interrasiale și/sau interreligioase. Petrecându-mi mai mult de 25 de ani reflectând și lucrând cu problematicile ce afectează cuplurile care nu împărtășesc o etnie, rasă, cultură, clasă sau religie similară, am devenit interesată de a înțelege ce funcționează și ce nu funcționează în aceste relații. În cadrul acestui capitol, voi pune în discuție chestiuni referitoare la cupluri care se caracterizează prin aceste diferențe și voi descrie câțiva factori comuni pe care i-am observat în căutarea de către acestea a intimității psihice. De asemenea, voi prezenta trei cazuri, care reprezintă tablouri ce ilustrează dificultățile care pot

apărea și voi sugera cum poate un terapeut de cuplu să faciliteze dezvoltarea intimității atunci când conflictele de cuplu derivă din sentimente de alteritate, pierdere, singurătate, vinovăție și opresiune socială. Din experiența mea, este important să descoperim aceste dificultăți în viețile psihice ale cuplurilor multiculturale, interrasiale și interreligioase.

Termenul „multicultural" se referă la indivizi care dețin, în istoricul lor, elemente din mai multe culturi sau etnii. Cuplurile interrasiale sunt acelea în care indivizii sunt reprezentanți ai unuia sau mai multor grupuri rasiale. Cuplurile interreligioase circumscriu două sau mai multe religii. În literatura de specialitate, aceste tipuri de relații sunt definite ca interculturale, interrasiale, multiculturale sau multietnice. Rasa și etnia au fost utilizate ca având același sens. Killian (2017) afirmă că

> *Etnia poate fi diferențiată de rasă prin faptul de a se referi la un aspect de moștenire comună alcătuit din similarități religioase, istorice și de natură națională sau geografică. Etnia este asociată tradițiilor și moștenirilor sociale și familiale ale individului..., rasa este strâns legată de biologie și fizionomie.*
>
> *(p. 232)*

Cuplurile multiculturale pot fi și interrasiale sau interreligioase. În cadrul acestei lucrări, mă voi referi la astfel de cupluri prin folosirea acronimului MII, ce simbolizează cuplurile multiculturale, interrasiale sau interreligioase ca grup.

Statistici în schimbare

În Statele Unite, a avut loc o creștere substanțială a numărului de cupluri multiculturale și interrasiale care coabitează sau se căsătoresc. Un studiu al Pew Research Center (2017) a arătat că, în 2015, 17% dintre toate căsătoriile de pe teritoriul Statelor Unite au fost interrasiale, „o creștere de mai mult de cinci ori față de cei 3% din 1967". Conform lui Wang (Centrul Pew Research, 2015), „dintre cele 3,6 milioane de adulți care s-au căsătorit în 2013, 58% dintre amerindieni, 28% dintre asiatici, 19% dintre persoanele de culoare și 7% dintre membrii populației albe au un partener de rasă diferită de a lor". Pew Research Center (2017) a raportat și că, în 2015,

> *aproape trei din zece proaspăt căsătoriți asiatici (29%) s-au căsătorit cu cineva de rasă sau etnie diferită... la fel ca și 27% dintre proaspăt căsătoriții hispanici. Căsătoria MII în cadrul acestor grupuri a fost în mod deosebit prevalentă printre cei de naționalitate americană: în 2015, au fost oficiate căsătorii MII pentru 39% dintre hispanicii născuți pe teritoriul SUA și pentru aproape jumătate (46%) dintre tinerii căsătoriți asiatici, născuți în America.*

Mai mult decât atât,

> *patru din zece proaspăt căsătoriți din Honolulu (42%) sunt căsătoriți cu cineva de rasă sau etnie diferită, urmați de proaspăt căsătoriții din zonele metropolitane ale Las Vegas (31%) și Santa Barbara, California. În același timp, există doar 3% căsătorii MII ale proaspăt căsătoriților din perimetrul sau din apropierea orașelor Asheville (Carolina de Nord) și Jackson (Mississippi).*
>
> *(Pew Research Center, 2017)*

Mai exact, în 2015, 42% dintre hispanici, 15% dintre asiatici și 11% dintre afroamericani erau căsătoriți cu o persoană albă (Livingston & Brown, 2017). „În același an, 24% dintre bărbații proaspăt căsătoriți de culoare se aflau într-o relație maritală MII, în comparație cu 12% dintre femeile proaspăt căsătorite de culoare" (Bialik, 2017). Cu toate acestea, există o rată mai scăzută a căsătoriilor persoanelor albe cu indivizi de altă rasă (Livingston & Brown, 2017). Per ansamblu, căsătoriile interrasiale sunt considerate ca fiind mai puțin stabile decât cele endogame (Zhang & Van Hook, 2009). Însă, cu cât este mai înalt nivelul de educație al acestor cupluri, cu atât mai improbabil este să divorțeze.

O analiză desfășurată de Pew Research Center în cadrul Biroului de Recensământ al Statelor Unite afirmă că 18% dintre adulții care locuiesc cu cineva au un partener de rasă sau etnie diferită. Acest aranjament este mai ușor de întâlnit printre membrii generațiilor născute între anii '60 și '90, 46% dintre adulții asiatici locuind cu indivizi de rasă sau etnie diferită. Datele statistice combină, în acest aranjament, 38% de imigranți și 59% de asiatici născuți în SUA (Livingston, 2017).

Asemenea căsătoriilor multiculturale și multirasiale, și căsătoriile interreligioase prezintă o creștere pe teritoriul Statelor Unite. Din 2010, patru din zece indivizi (39%) s-au căsătorit cu persoane de altă religie, în comparație cu 19% în 1960. Relațiile interreligioase sunt chiar mai prevalente în prezent printre persoanele necăsătorite. 49% din acestea locuiesc cu parteneri de religie diferită. Cei la care există o mai mare probabilitate de a avea relații interreligioase sunt evreii, protestanții[42] și cei neafiliați religios (Murphy, 2015).

[42] În original, „*mainline protestants*", denumire religioasă care se referă la un grup de culte protestante din Statele Unite, care nu

Există câteva cauze ale creșterii în cadrul populației a numărului de cupluri MII.

Un factor este imigrarea. Afluența de asiatici și hispanici în SUA a creat o mai mare frecvență a soților multiculturali în ariile urbane. Migrarea care are loc pe tot mapamondul conduce la creșterea numărului de relații MII. Indivizii au un mai mare acces la cultura celorlalți. Datorită globalizării economice și educaționale, oamenii au început să călătorească într-un ritm mai accelerat în afara culturilor proprii. Călătoriile aeriene facilitează părăsirea țării de baștină. Un alt factor constă în revoluția tehnologică a ultimelor două decenii. Prin căutările de pe internet, avem acces direct la diversitate și eterogeneitate. Printr-un simplu clic, putem afla orice cu privire la o cultură, societate, rasă sau religie. Chiar și căutând informații referitoare la relațiile culturale, putem afla cum sunt acestea, ce probleme pot apărea și care este procentul de oameni implicați în astfel de aranjamente. Indivizii pot găsi imagini și descrieri ale locului unde a trăit celălalt. Pot chiar descoperi originea numelui de familie al altei persoane. Așadar, imediat ce indivizii se întâlnesc, există un anumit nivel de familiaritate, deja stabilit. Google și alte motoare de căutare fac familiaritatea posibilă, arătându-le indivizilor casa, preocupările și stilul de viață al altei persoane. Oamenii de pe meleaguri străine nu mai sunt atât de străini, pentru că internetul și mediile sociale îi fac să ni se pară cunoscuți. Cu toate acestea, s-ar putea să fie doar o iluzie de familiaritate. Cei care sunt atrași de alteritatea elementelor exotice, marginalizate sau romanțate pot să primească exact câte date sunt necesare pentru a fi seduși de fantezia de a ajunge împreună cu celălalt. Din păcate însă, diferențele și familiaritățile

---

includ evanghelismul, fundamentalismul și confesiunile harismatice. (*N.t.*)

psihice nu pot fi profund înțelese prin intermediul unui website. Essig (2012) scrie că „semnificațiile psihanalitice se găsesc în consecințele funcționale ale informațiilor, nu în evaluările abstracte ale acestora. Când este vorba de bogăția experienței, lungimea de bandă a internetului nu este totul" (p. 452).

Cu privire la religie, indivizii devin mai puțin religioși și mai mult spirituali. Conform unui raport publicat pe 6 septembrie 2017 de către Pew Research Center (Lipka & Gecewicz, 2017), 27% dintre adulții americani se consideră spirituali, și nu religioși. Această creștere este vast răspândită printre varii grupuri: se aplică afroamericanilor, albilor, hispanicilor și persoanelor cu diferite niveluri de educație și afilieri politice. Dacă un individ este spiritual, și nu religios, are loc o flexibilizare a limitelor, care facilitează crearea de cupluri formate din persoane de religii diferite.

Un alt factor este modificarea limitelor legale și sociale din SUA. Începând cu decizia din 1967 a Curții Supreme în cazul Loving versus Virginia, care a dus la eliminarea legilor care interziceau căsătoria interrasială, căsătoria cu o persoană de altă rasă a devenit în multe comunități mai puțin periculoasă. Decizia din 2015 a Curții Supreme în cazul Obergefell versus Hodges de recunoaștere a căsătoriei între persoanele de același sex a extins aceste legi la populația LGBTQ, ajutând și mai mult la formarea de cupluri de către persoane provenite din medii diferite. În plus, conform unor date curente (Balzarini et al., 2017), în jur de 4%–5% din populația SUA este implicată în „relații consensual nemonogame". Aceste relații le includ pe cele poliamoroase. În multe cercuri din SUA, limitele în general, precum cele rasiale, culturale, religioase și de gen, devin mai relaxate și mai fluide. Toți acești factori contribuie la frecvența mărită a relațiilor MII. Cu aceste cifre aflate în creștere, terapeuții de cuplu trebuie să acorde

atenție problematicilor particulare care îi afectează pe acești indivizi.

Cu toții avem vieți interne complicate, care ne împing înspre persoanele de care ne apropiem. Mitchell (2002) afirmă că rănile refulate din stadiile de dezvoltare timpurii tind să fie repuse în scenă cu o persoană iubită în timpul vieții adulte. Intimitatea implică faptul că partenerii împărtășesc căldură, încredere, afecțiune și coeziune. Erik Erikson (2015) descrie perioada dintre 19 și 25 de ani drept Intimitate versus Izolare. Aceasta este perioada în care se speră că individul dezvoltă capacitatea de a avea o relație apropiată cu un altul, una care să implice încredere, autonomie și apropiere fizică și psihică. Ceea ce cauzează atracția oamenilor față de ceilalți se leagă de mulți factori, precum aspecte biologice și socioculturale, aspecte care țin de stilurile de atașament, relațiile de obiect timpurii, precum și de repunerea în scenă a evenimentelor psihice din trecut în cadrul cuplului.

Pornind de la scrierile lui Bowlby și Ainsworth cu privire la atașament, Hazen și Shaver (1987) au conceptualizat procesele de atașament drept un „proces biosocial" în care legăturile de apropiere se formează între partenerii adulți. Aceste legături se bazează pe experiențele de atașament timpurii din copilăria mică. Cele trei stiluri majore de atașament delimitate erau „cel sigur, cel evitant și cel anxios ambivalent". Autorii descriu iubirea romantică drept un proces biologic care împinge la procreare pentru a împiedica dispariția speciei. Parcurgerea unor stadii de dezvoltare specifice, precum iubirea romantică și creșterea copiilor, poate activa sistemul de atașament timpuriu. Hazen și Shaver (1987) afirmă că iubirea adultă este mai complexă decât atașamentul dintre bebeluș și persoana îngrijitoare, deși există similitudini fundamentale. Problematici psihosociale, precum pierderea timpurie, trauma, imigrarea, rasismul, antisemitismul,

divorțul parental și performanța academică, afectează selecția de parteneri, experiența romantică și experiența de atașament din cursul vieții adulte.

Scharff & Scharff (2014) conceptualizează relațiile romantice utilizând o abordare din perspectiva teoriei relațiilor de obiect, pornind de la scrierile lui Fairbairn, Klein, Winnicott, Bion și Dicks. Teoreticienii relațiilor de obiect încep de la premisa că indivizii se află în căutarea obiectului. Klein (1946) a fost cea care a introdus termenul de identificare proiectivă, anume procesul prin care părți nedorite ale sinelui sunt proiectate într-o altă persoană. Consider că acest concept are un rol-cheie în înțelegerea dinamicii relaționale din cuplurile MII. Dicks (1967) era de părere că, în fapt, căsătoria este o interacțiune continuă între nevoi conștiente, presupuneri inconștiente și convenții de funcționare. Bion (1967) a descris un circuit de feedback continuu de proiecții și introiecții care formează comunicarea inconștientă din copilăria mică dintre mamă și bebeluș. Observ tot timpul cum un proces similar are loc în cuplurile MII. Scharff & Scharff (2014) extind aceste teorii considerând cuplurile ca devenind „obiectele interne ale fiecăruia dintre parteneri, bazându-se pe relațiile de obiect interne care au precedat întâlnirea lor și care sunt modificate în lumina noii experiențe, astfel încât cei doi să construiască noi organizări interne“ (p. 9). Shi & Scharff (2011) afirmă că acest proces de „comunicare afectivă inconștientă“ este în mod direct legat de relațiile adulte de lungă durată, a căror calitate o determină. În plus, un efect profund asupra relațiilor de cuplu îl au factorii neurobiologici. Fishbane (2015) descrie „ciclul de vulnerabilitate“ (p. 691), în care vulnerabilitățile sunt activate în sistemul limbic în cazul în care creierul simte o amenințare. Întrucât amigdala păstrează amintirile emoționale din copilărie, rănile din copilărie pot fi activate (prin evocarea

amintirilor emoționale) de interacțiuni dureroase între indivizi. Iubirea romantică determină structura psihică interconectivă a indivizilor. Cuplurile MII împărtășesc multe puncte comune în relațiile lor romantice, dar ceea ce face ca aceste relații să fie în mod particular complexe este faptul că fiecare este atras de celălalt și pe baza unor sentimente preexistente și de lungă durată de alteritate (ceea ce pornește un „ciclu de vulnerabilitate" în sistemul lor limbic), deși adesea aceste sentimente s-au născut în contexte foarte diferite.

Dinamica alterității la cuplurile multiculturale

În ciuda faptului că multe cupluri MII sunt diferite din punct de vedere cultural, rasial sau religios, consider că multe au și origini psihice similare. Indivizii se îndrăgostesc unul de altul pe baza acestor puncte comune particulare. Este posibil să fi crescut în cadrul unei clase socioeconomice similare. Se poate să le placă aceeași muzică sau să împărtășească aceeași cultură sau aceleași idealuri. Se poate să provină dintr-un mediu educațional similar. Mitchell (2002) afirmă:

> *Îmi este dificil să-mi imaginez o persoană — sau, la drept vorbind, o cultură umană — care să nu se orienteze în jurul unui anumit sentiment de acasă: locul meu, de unde sunt, de care aparțin, unde-mi doresc cu ardoare să mă întorc. [...] Căutăm continuitate, asemănare perfectă, ca un mod de a ne sprijini, de a ne ancora, și fiecare dintre noi are modul său propriu, specific de a decide cum stabilește locul care este „acasă".*
>
> *(p. 36)*

Sunt de părere că, atunci când un individ nu simte că este „acasă", o altă persoană care se confruntă cu probleme psihice similare devine ancora acestuia. În acest caz, o persoană este atrasă de cealaltă pentru că aceasta din urmă îi oferă posibilitatea de a-și găsi sentimentul de „acasă". Ceea ce scapă atenției conștiente este că se poate ca sentimentul similar al celuilalt, de absență a sentimentului de „acasă", să fie ceea ce îi aduce pe cei doi împreună. Cuplul este (adesea inconștient) compus din doi indivizi care se bazează pe faptul că experiența de alteritate a fiecăruia va genera o comuniune.

Atunci când le vorbesc cuplurilor MII, elementul-cheie pe care îl observ este că mulți indivizi trăiesc experiența psihică de a se simți un celălalt sau un străin în propria cultură, religie, rasă, comunitate, grup de colegi sau familie. Acest sentiment de a fi un străin provoacă deseori o stare a sinelui disociată în interiorul unuia sau al ambilor indivizi. Bromberg (2011) scrie că „disocierea defensivă se vădește prin deconectarea minții de la capacitatea acesteia de a percepe acele lucruri care par prea greu de îndurat la nivelul identității sinelui" (p. 50). Experiența de sine are loc în stări ale sinelui neconectate, care alcătuiesc o personalitate totală coerentă (Bromberg, 1996). Însă sentimentele de alteritate, izolare și rușine sunt adesea neintegrate în psihicul individului. Așadar, astfel de indivizi își pot proiecta cu ușurință sentimentele neintegrate de alteritate asupra altui individ, recunoscut de societate ca (și într-un mod mai vizibil) fiind un celălalt. Într-un cuplu MII, acest „celălalt" este soțul sau partenerul.

Într-un cuplu interrasial, experiența psihică individuală a fiecărei persoane este nuanțată de experiența cu privire la propria rasă. Spre exemplu, dacă o persoană este de culoare, trăind în mijlocul unei lumi predominant albe, aceasta va avea experiența rasismului, a marginalizării sociale, a opresiunii și a inegalității în fiecare

palier al societății. Acest fapt derivă din istoria sclaviei în SUA. Aceste experiențe sunt traumatice și afectează nivelul de încredere și de siguranță pe care individul le resimte în toate aspectele vieții, atât din punct de vedere psihologic, cât și fizic. Prejudecățile rasiale și bigotismul le stârnesc membrilor populației nonalbe sentimente de alteritate. Alte traume și evenimente psihice din viețile acestor indivizi sunt de asemenea complicate și accentuate de experiența inegalității rasiale. Individul nu doar că are experiența provocărilor dureroase ale vieții, ci simte și durerea neputinței, a opresiunii, a inegalității și a nedreptății sociale. Acest fapt are un impact monumental asupra populației care trăiește în SUA.

În această cultură, a fi alb îi oferă, din punct de vedere istoric, individului o existență privilegiată în cadrul comunității și a structurii sociale de ansamblu. Acest privilegiu creează un nivel de confort la nivel social și cultural. Cu toate acestea, în cadrul acelei existențe privilegiate, există indivizi care, din varii motive personale, se pot resimți pe ei înșiși ca intruși. Deci care ar putea fi alteritatea resimțită de un membru al culturii majoritar albe? Se poate ca acesta să fi avut experiențe de marginalizare psihică sau evenimente traumatice în alte paliere ale vieții sale. Addison și Thomas (2009) afirmă că „este posibil să fii în mod simultan privilegiat în unele dimensiuni și oprimat în altele" (p. 21). Poate să fie vorba despre faptul de a te fi simțit ca un străin în propria familie, școală sau comunitate. Sau poate că te-ai simțit ca neaparținând grupului de egali. Uneori, individul a avut experiența unui abuz sexual, fizic sau emoțional; a bullying-ului, a dependenței de droguri sau a alcoolismului; a bolii psihice a unui părinte sau frate; a persecuției religioase (de ex., islamofobia) în comunitate. Acest fapt poate să îi cauzeze sentimentul de a fi un străin din punct de vedere psihic. Alteritatea din interiorul acestei persoane nu este

neapărat vizibilă. Poate rămâne ascunsă, întrucât multe dintre aceste aspecte îi stârnesc individului sentimente de rușine. Experiența de alteritate trăită de cineva din cadrul culturii majoritare și privilegiate nu poate fi comparată cu rasismul din cadrul unei societăți fundamentate pe o istorie de sclavie a africanilor și de genocid al amerindienilor. Și totuși, într-un cuplu MII, există un sentiment împărtășit. Deși aspectele rasiale constituie o diferență monumentală în viața fiecărei persoane, *sentimentul de a fi străin din perspectivă psihică sau de alteritate este un sentiment intrapsihic împărtășit*. Cu alte cuvinte, elementul comun dintre acești doi indivizi este acest sentiment de alteritate trăită psihic. Experiențele de alteritate, care pot fi disociate sau nu, îl atrage pe fiecare către celălalt. Sentimentul de neintegrare într-un mediu are un mare impact asupra psihicului unei persoane. Acesta devine adesea un determinant al alegerii de obiect. Am descoperit la cuplurile MII că o temă majoră care se dezvăluie în travaliul cuplului este conflictul dintre apartenență și alteritate. Persoana care este în mod evident marginalizată nu este singurul străin din relație. Se poate ca, atunci când se găsesc unul pe celălalt, amândoi să pornească de la propriul lor sentiment de a fi „străini". Ei își oferă unul altuia un sentiment de apartenență, însă, atunci când se produce o ruptură în relație, revin la o stare de alteritate, care le provoacă atât singurătate, cât și izolare. Cum se întâmplă acest lucru?

În cadrul cărții *Loving: Interracial Intimacy in America and the Threat to White Supremacy* (*Cazul Loving: intimitatea interrasială în America și amenințarea față de supremația albilor*), Cashin (2017) descrie experiența omului alb de a avea o relație de intimitate cu o persoană de culoare, în special de rasă neagră pură. Autoarea scrie că o persoană albă „poate să piardă luxul cecității rasiale. [...] Își pot pierde cecitatea, dobândind în schimb ceva tragic,

dar real: abilitatea de a vedea rasismul cu claritate și de a plânge pentru o persoană iubită și pentru o țară întreagă care suferă din acest motiv" (p. 5). Deși o persoană de culoare este într-adevăr percepută ca un „celălalt", din cauza marginalizării sociale și a rasismului, partenerul alb intră într-o identificare cu această alteritate din cauza propriilor sentimente de singurătate, izolare sau vinovăție. În travaliul cuplului, partenerul alb se poate disocia de la propriile sentimente și concentra asupra alterității partenerului său de culoare. Atunci când are loc o turbulență în cadrul relației, ceea ce se întâmplă frecvent atunci când terapeutul este alb, se poate ajunge la situația în care terapeutul cuplului și partenerul care aparține de cultura majoritară intră într-o relație de complicitate, concentrându-se asupra alterității persoanei de culoare. Pe de o parte, este necesar să luăm în considerare rasismul împotriva persoanei nonalbe. Pe de altă parte, *alteritatea resimțită de acea persoană a fost internalizată de partenerul alb, alături de propriile-i sentimente de izolare.* Această experiență internalizată, dar disociată de alteritate (a partenerului privilegiat/aparținând de majoritate) este adesea trecută cu vederea de către terapeut. Consecința acestei dinamici este că ambii indivizi se simt izolați și devin intruși (unul față de celălalt) în propria lor relație. Cu alte cuvinte, fiecare persoană își adoptă propria poziție defensivă și astfel se văd ca străini. Tocmai ceea ce i-a adus împreună este acum ceea ce îi desparte. Sentimentul de a fi străin, care invadează acum câmpul relațional, este încă o dată confirmat și întărit de familie, societate și cultură. Relația care a început ca fiind un antidot la acest sentiment de a fi străin (la nivel psihic) întărește acum sentimentele individuale de izolare și singurătate ale fiecărui partener. Experiența de alteritate care fusese internalizată empatic de partenerul privilegiat/aparținând majorității este acum expulzată, proiectată în afară, externalizată

în câmpul relațional, unde rămâne asemenea unui zid care obstrucționează intimitatea și este posibil chiar să genereze îndoială de sine. Odată ce cuplul este deturnat în această manieră, partenerii sunt lipsiți de un punct de sprijin, fiecare plutind în derivă, în barca vieții sale, printre valurile zbuciumate ale izolării lor ce-i separă. Iar terapeutul poate contribui la aceasta ignorând alteritatea psihică împărtășită a ambilor indivizi. Rasa/cultura/etnia terapeutului poate juca un rol semnificativ în lipsa selectivă de atenție a terapeutului.

Vinietă clinică: 1

Un cuplu interrasial mi s-a adresat din motiv că se certau „din nimicuri", iar de-a lungul timpului începuseră să se simtă „din ce în ce mai străini" unul față de celălalt. Jane avea 36 de ani, fiind o femeie albă, scoțian-americană și creștină. Era profesoară și crescuse într-o suburbie prosperă a New York City. Jamal avea 38 de ani și era un bărbat afroamerican creștin. Lucra ca fizioterapeut și crescuse într-o suburbie muncitorească a NYC. Cei doi se cunoscuseră într-o facultate Ivy League[43] cu 17 ani în urmă și aveau două fiice, în vârstă de cinci și, respectiv, șapte ani. Împărtășeau aceleași viziuni politice și idei cu privire la lume și amândoi lucrau ca voluntari pentru aceleași cauze de dreptate socială. De asemenea, ambii se simțeau diferiți de semenii lor. Când erau copii, amândoi avuseseră interese „academice înalte" și visaseră să ajungă studenți în Ivy League. Jane avea o soră care suferea de grave dizabilități de învățare și de tulburare obsesiv-compulsivă. Din cauza vinovăției provocate

[43] Expresie informală, care desemnează un grup de universități foarte înalt cotate din Statele Unite, ce include Universitățile Brown, Columbia, Cornell, Dartmouth, Harvard, Pennsylvania, Princeton și Yale. (*N.t.*)

de faptul că era un copil de succes, Jane își menținuse întotdeauna reușitele intelectuale ascunse față de familie. Părinții ei erau permanent concentrați asupra surorii, iar Jane trebuia să se descurce singură. În familia lui Jamal, el fusese primul care mersese la facultate. Pentru aceștia, însemnase foarte mult, de vreme ce se trăgeau dintr-un mediu muncitoresc. La a doua întâlnire, când am adus în discuție posibilele sentimente de alteritate ale lui Jamal (atât în cadrul familiei sale de origine, cât și în general în societate), precum și ale lui Jane (în familia sa de origine), amândoi au confirmat existența lor. Ambii s-au descris ca nereușind niciodată să se simtă complet integrați, fiecare în mediul lui. Inițial Jamal a fost surprins să audă cât de mult se simțise Jane ca un străin, din cauza faptului că fusese tot timpul conștientă că avusese parte de o creștere privilegiată și într-un mediu prosper. Cu toate acestea, ea avusese mereu sentimentul de neapartenență în cadrul familiei sale de origine. Crescuse apăsată de singurătate și de vinovăția de a fi avut succes, în comparație cu sora ei. Jamal, ca bărbat de culoare, se lovise de toate formele de rasism. Spre exemplu, deși fusese un elev de 10 pe linie, un bun sportiv și participase la conducerea studențească, mulți oameni presupuneau că intrase la facultate doar pe baza activismului său. Acest lucru, precum și alte agresiuni la nivel micro sau macro îl înfuriaseră și îndureraseră pe Jamal. Pentru el, era mult mai greu să aibă reușite în societate. În același timp, se învinovățea pentru faptul că era mai de succes decât unele dintre rudele sale, care fuseseră traumatizate ani la rând de rasism și sărăcie. Jane și Jamal erau în mod conștient atrași de independența și unicitatea pe care o vedeau în celălalt, dar în mod *inconștient* atracția se baza pe alteritatea lor psihică. Cu toate acestea, problemele din relația lor începuseră atunci când apăruseră

copiii. Având servicii cu normă întreagă, le rămăsese mai puțin timp pentru ei doi, începând să se concentreze pe nevoile copiilor. Erau de asemenea de părere că membrii familiei nu le erau de ajutor, pentru că aveau mai puține „în comun" cu familia partenerului. Atunci când fiica lor mai mică a început să aibă probleme de dezvoltare, au descoperit că adoptau moduri diferite de abordare a problemelor. Jamal considera că atât el, cât și Jane trebuiau să-și sacrifice puținul timp personal și să-și ajute ei înșiși copilul. Jane își dorea ca școala fiicei să preia întreaga responsabilitate. Acest lucru a creat o stare de conflict între cei doi. Opinia lui Jamal era că, fiind un bărbat afroamerican, nu putea niciodată să conteze pe ajutorul unei organizații guvernamentale, fie ea și o școală. De asemenea, resimțise ostilitate din partea unuia dintre profesorii albi, care se purta cu tatăl de parcă acesta din urmă ar fi cerut un tratament preferențial pentru fiica sa. Familia de origine a lui Jane avea acces la avocați și dăduse în judecată inspectoratul școlar, câștigând procesul, decizie prin care sora ei a fost înscrisă într-o școală privată axată pe elevii cu dizabilități de dezvoltare. Așadar, perspectiva lui Jane cu privire la ce posibilități existau era foarte diferită de cea a lui Jamal. Jane își amintea că trebuia întotdeauna să „treacă neobservată" în familia sa, problemele surorii ei fiind cu mult mai mari. Îi era teamă că fiica sa începea să devină asemenea surorii ei. Lui Jamal îi era teamă că, dacă nu își vor ajuta fiica, ea va ajunge să fie lăsată în urmă, precum cei din familia sa care nu avuseseră succes. Astfel, pentru amândoi, dar din motive psihologice diferite, miza cu privire la dificultățile fiicei era foarte înaltă. Cei doi nu se puteau pune de acord în legătură cu drumul de urmat pentru a-și ajuta fata. Fiica lor începuse să întruchipeze clivajul lor rasial. Jamal, un bărbat de culoare care trecuse prin trauma intergenerațională a

rasismului, nu avea încredere în societate; Jane, în ciuda poziției sale privilegiate, era în contact cu alteritatea pe care o resimțise de copil în cadrul familiei de origine. În plus, copilul lor birasial era marcat de „istoricul întipărit în inconștient al ilegitimității amestecului rasial" (Bonovitz, 2009, p. 430). Problemele sistemice întâmpinate cu fiica lor îl făcuse pe fiecare dintre ei să intre în contact cu propriile-i sentimente de alteritate și să se simtă izolat și singur în cadrul tensiunilor maritale. Jane se simțea copleșită de problemele fetiței, de propriul trecut marcat de sentimentul de neapartenență și de rasismul instituțional la care era suspus Jamal, iar acum și fiica lor. Jamal era copleșit de problemele fetiței, de tristețea și furia sa cu privire la rasismul instituțional și la alteritate, precum și de sentimentul că Jane, soția sa albă, nu înțelegea aceste lucruri.

Travaliul cuplului s-a concentrat pe examinarea sentimentelor de înstrăinare și singurătate, pe rasism, parentaj, aspecte legate de familiile de origine și pe tiparele de comunicare. O temă majoră în munca noastră a fost abordarea sentimentelor lor reciproce și proiectate de alteritate. De asemenea, m-am concentrat pe a-i sprijini să descopere cum să-și ajute copiii cu școala și cu problematica asociată dezvoltării unei identități birasiale. Atunci când factorii stresori au avut impact asupra sistemului familial, indivizii au revenit la modul de funcționare independent, care se manifesta prin sentimente de singurătate, izolare și alteritate. Este important să căutăm aspectele care se referă la alteritate și stările clivate ale sinelui la ambii membri ai cuplului. Acest lucru ar putea aduce în prim-plan sentimente de conexiune care s-au pierdut de-a lungul timpului. Bodnar (2004) afirmă că „stările disociate ale sinelui stau la pândă în categoriile sociale asemenea unui virus gata să erupă la cea mai mică

dezechilibrare a sistemelor noastre" (p. 601). Experiența mea de lucru cu cuplurile interrasiale mi-a demonstrat că fiecare persoană a trăit sentimentul de a fi un străin și, întrucât aceasta constituie o temă majoră în viața individului, relația care la un moment dat a vindecat sentimentul de izolare poate începe să prolifereze durerea. Acest lucru s-ar putea întâmpla cu mai mare ușurință odată cu trecerea timpului, alte elemente decât relația romantică, precum profesia și copiii, preluând un rol central în viața individului. Cashin (2017) scrie că „tranziția de la cecitate la vedere, de la anxietate la familiaritate, care însoțește contactul interrasial intim este un proces de dobândire a dexterității relaționale. Iar dacă o persoană alege să se supună acestui efort, procesul este nesfârșit" (p. 5).

Acest aspect poate fi ilustrat și de cuplurile MII în care unul sau amândoi partenerii sunt imigranți. Experiența imigrării determină propriul set de dificultăți psihologice. Grinberg și Grinberg (1989) au descris preponderența doliului pentru imigranții care își părăsesc țara de origine. Aceștia duc dolii cauzate de pierderea membrilor de familie, a prietenilor, a căminelor, a comunităților, a sunetelor și mirosurilor, a sentimentului de realitate culturală. Există maniere complexe prin care psihicul uman se adaptează la pierdere. Akhtar (1999, 2011) definește imigrarea ca o a treia individuație. Autorul afirmă că „stadiul de separare-individuare conține elemente de doliu, deoarece conduce la diferențierea dintre sine și obiect. Prin fiecare mișcare progresivă înspre autonomie și consolidarea identității, are loc o pierdere treptată a omnipotenței infantile, a maximei fericiri simbiotice și a simplificării Eului prin clivaj și proiecție" (1999, p. 89). Apropierea constituie o parte integrantă din procesul de diferențiere. În relațiile multiculturale, toate aceste procese psihologice au loc alături de o altă persoană. Unii

indivizi își lasă țara în urmă și hotărăsc să se integreze prin a se căsători cu cineva care face parte din cultura-gazdă. Aceasta poate constitui un mijloc inconștient de a simți că suntem parte integrantă din acea cultură în care ne vine greu să ne descurcăm. De asemenea, poate reprezenta o manieră de deconectare de la suferința de a fi un străin, un mod de adaptare, globalizare și integrare. Dar conflictul dintre țara de origine și țara-gazdă poate fi proiectat asupra alegerii de obiect a individului (Akhtar, 1999). Iar aceia care se căsătoresc în afara culturii proprii ar putea trăi un sentiment de deziluzie în raport cu familia lor de origine, afilierea religioasă sau comunitatea lor. Poate sparg granițele convențiilor sociale și trăiesc o viață nedefinită de status quo-ul precedent. Ambii parteneri au sentimentul lui „acasă" plasându-se în afara curentului dominant. Alteritatea este ceea ce îi aduce împreună.

Vinietă clinică: 2

Catherine și Dinesh, membrii unui cuplu MII, s-au cunoscut datorită faptului că lucrau amândoi în contabilitate, pe când aveau în jur de 25 de ani. Catherine era o femeie albă, evreică, în vârstă de 29 de ani, care crescuse într-o familie de religie iudaică modern-ortodoxă într-o suburbie a Westchester County. Fusese la o școală evreiască modernă, dar nu se simțise niciodată integrată în sistem. Punea la îndoială existența lui Dumnezeu, iar când trebuia să meargă la sinagogă, sâmbăta, se ducea în schimb la mall cu prietenii ei nereligioși din vecinătate. Toți frații ei erau mai religioși decât ea. Părinții erau frustrați în privința faptului că ea întrerupsese o lungă tradiție religioasă. Se simțise întotdeauna judecată și trecuse prin viață simțindu-se ca un străin. Dinesh, un bărbat indian american de 30 de ani, se mutase în SUA la vârsta

de 15 ani. Tatăl său, care în India fusese medic, devenise șofer de taxi în vreme ce se pregătea pentru examenul de atestare a studiilor medicale în cazul imigranților. Mama sa lucrase într-un magazin. Familia întâmpinase mari greutăți în urma unui accident de mașină suferit de tată, care fusese spitalizat timp de o lună. Rămăsese cu un handicap și trebuise să renunțe la visul de a-și relua profesia de medic. La 16 ani, Dinesh fusese nevoit să înceapă să lucreze într-un birou de avocatură, pentru a-și susține financiar familia. Se simțise întotdeauna ca un străin în SUA. Nu se asemăna majorității membrilor comunității indiene, care veniseră în SUA având poziții socioeconomice înalte. Crescuse în religia hindusă și în India mersese la o școală privată, condusă de creștini. Inițial, își dorise cu ardoare să revină în India, unde avea prieteni, o casă și o viață înconjurată de familie. Odată cu trecerea timpului, Dinesh se adaptase prin ruperea legăturilor cu cultura sa indiană. Nu fusese câtuși de puțin interesat de o căsătorie aranjată și nu dorea să se întâlnească decât cu femei americane. Astfel, atât el, cât și Catherine erau străini în cadrul familiilor lor de origine și se simțiseră atrași unul de celălalt prin prisma acestor diferențe. Atunci când cei doi se întâlniseră la locul de muncă, avuseseră sentimentul că „și-au găsit jumătatea". Fuseseră prieteni apropiați vreme de aproximativ șase luni, începuseră apoi o relație și se căsătoriseră cu doi ani mai târziu. Catherine se îndrăgostise de cultura indiană și o întristau pierderile pe care Dinesh le suferise ca imigrant. În loc de a se concentra asupra propriei deconectări de familia sa, simțea o durere profundă pentru Dinesh, a cărui dezrădăcinare era mai evidentă și mai vizibilă. Începuse să gătească mâncăruri indiene și să asculte muzică indiană. Dinesh crezuse că, având o soție americană, va putea în sfârșit să se integreze în cultura americană. În

urma evenimentelor de pe 11 septembrie, cuplul se confruntase cu un rasism brutal. Dinesh, care avea pielea închisă la culoare, fusese numit terorist când mergeau pe o stradă din Manhattan. Într-o seară, un adolescent alb îl amenințase cu bătaia numindu-l „Osama". Aceste episoade aveau loc frecvent în New York City și în toată țara. Catherine, care deținea privilegiul pielii albe, internalizase tenul închis al lui Dinesh. Resimțea durerea pe care rasiștii i-o provocau soțului ei. Atât Catherine, cât și Dinesh se simțeau marginalizați, dar încă aveau un sentiment de siguranță în raport cu celălalt. Pe măsură ce anii au trecut, au început să aibă mare succes în viețile profesionale. Au început să vină acasă seara târziu și au pierdut contactul unul cu celălalt. Au încetat să mai facă sex. Catherine își dorea să aibă un copil, dar nu era sigură dacă Dinesh ar fi partenerul potrivit, căsnicia lor părându-i-se „moartă". Văzându-se din ce în ce mai puțin, le era dificil să mai găsească un teren comun. Dinesh începuse să se simtă și mai mult ca un străin în SUA. Deși cetățean american, era adesea tratat ca și cum nu îi era locul acolo. Catherine resimțea sentimentul lui de a fi un străin, propriul ei sentiment de a fi o străină, făcând parte dintr-un cuplu MII, precum și propriul sentiment de a fi o străină în raport cu familia ei de origine. Începuseră să se îndepărteze unul de celălalt și să-și pună la îndoială propriile identități. Ceea ce îi adusese inițial împreună devenise acum un obstacol în relația lor. Dinesh începu să-și idealizeze anii de copilărie petrecuți în India. Își proiecta dezamăgirea față de poziția pe care o avea în SUA asupra lui Catherine. Deși el nu avea nicio intenție de a pleca, Catherine începuse să devină obsedată de teama că ar putea-o părăsi pentru a se întoarce în India. Se iubeau profund, dar se simțeau singuri și rătăciți în mijlocul confuziei identitare. Se tot certau din cauza sentimentelor

de singurătate și veniseră la terapie pentru a se decide dacă să rămână împreună și să aibă copii.

Atât Catherine, cât și Dinesh se simțeau străini. Sentimentele de alienare ale lui Dinesh se intensificaseră din cauza bigotismului cu care se confrunta în SUA. Catherine era disociată de propria-i alienare de familia de origine și își proiecta sentimentele de alteritate asupra lui Dinesh. La început, când își puteau împărtăși sentimentele de alteritate, se simțiseră mai puțin singuri și mai coezivi. Acum, că apăruseră aceste dificultăți între ei, căzuseră din nou într-o stare de deconectare și disociere. Acest lucru luase forma unei rupturi în relație, care îi îndreptase către terapia de cuplu. Pe parcursul lucrului nostru împreună, eu am pus accentul pe explorarea interacțiunii dintre prejudecățile rasiale și intolerante, proiecțiile și sentimentele individuale de alienare și alteritate. Catherine trebuia să-și separe propriile sentimente de neapartenență de empatia față de caracterul de străin mai pregnant și mai vizibil al lui Dinesh. Dinesh trebuia să-și separe *nevoia* ca soția lui să fie albă și americană (reprezentându-l pe un celălalt, mânat de prejudecăți) de *dorința* lui ca ea să fie albă și americană (reprezentând propria-i separare de cultura indiană). Atașamentul putea fi restabilit numai odată ce ei ar fi reușit să revină la alteritatea pe care o împărtășeau mai degrabă decât alteritatea care îi despărțea.

Intimitatea este complicată, în mod deosebit pentru aceia care împărtășesc diferențe ce nu pot fi negate. Dezamăgirea și furia față de țara-gazdă a unui imigrant sau față de țara de origine pot fi proiectate asupra partenerului. Această furie face ca partenerul să intre în contact cu propriile-i sentimente de alienare și alteritate, care își au originile în primii ani de viață. Imigrantul devine reprezentarea familiei care i-a creat partenerului sentimentul

de alienare în copilărie. Acum, ambii membri ai cuplului se simt străini. Atașamentul este perturbat. Consecințele sunt alienarea și singurătatea, care cauzează conflictele maritale.

Vinietă clinică: 3

Membrele unui cuplu lesbian interreligios au solicitat o consultație pentru că întâmpinau dificultăți în a se decide dacă să-l circumcidă pe fiul lor nou-născut. Victoria, o femeie catolică irlandeză de 34 de ani, și Lena, o femeie albă, evreică, de 33 de ani, erau împreună de șase ani. Victoria, care era ginecolog, și Lena, consilier în sănătatea mentală, se plângeau de un sentiment de mare furie pe care fiecare îl avea față de cealaltă. Se hotărâseră să înceapă o terapie de cuplu după o ceartă în urma căreia Lena plecase de-acasă și rămăsese timp de două zile la o persoană apropiată.

Victoria crescuse în sânul unei familii catolice irlandeze din New Jersey. Avea trei frați și două surori. Cu toții fuseseră la școala catolică, fiind botezați și confirmați. Unul dintre frații ei devenise preot. Amintirile ei din copilărie erau impregnate de experiența și tradițiile catolice. Până să atingă adolescența, viața Victoriei păruse pozitivă și lipsită de complicații. La acel moment însă, odată cu trezirea sexualității și cu interesul său intens și persistent față de fete, realizase că este lesbiană. Temându-se că ar fi descoperită, Victoria a devenit retrasă, marginalizată, începând să-și caute noi prieteni și comunități care să-i acorde sprijin. Cu privire la religie, Victoria se considera spirituală, dar era extrem de critică la adresa Bisericii catolice, pe baza poziției acesteia față de avort și homosexualitate. Se luptase cu sentimente de alienare până când devenise mai implicată în comunitatea gay. Victoria o cunoscuse pe Lena pe când lucrau amândouă în camera de gardă a unui spital local.

Lena crescuse într-o familie evreiască. Mama ei lucrase cu jumătate de normă ca asistent administrativ, iar tatăl ei era avocat. Avea un frate și o soră. Părinții Lenei făceau parte dintr-o comunitate evreiască conservatoare și considerau că era esențial ca și copiii lor să fie credincioși și implicați. Atunci când Lena era în clasa a cincea, începuse să resimtă atracția față de fete. De-a lungul următorilor șapte ani, confuzia cu privire la orientarea ei sexuală se transformase într-o certitudine. Până în ultimul an de liceu, realizase că era lesbiană. Lena se simțise străină atât în cadrul familiei, cât și a comunității evreiești conservatoare, care promova valori heterosexuale. Lena și-a găsit alinarea alături de alte femei lesbiene după ce a plecat de acasă la facultate și apoi a urmat alte studii postuniversitare.

Atunci când Victoria și Lena s-au îndrăgostit una de cealaltă, au trăit sentimente de familiaritate și de conexiune pe care nu le mai simțiseră niciodată. Ca lesbiene, fuseseră marginalizate și se simțiseră străine în raport cu mediul conservator în care crescuseră. Amândouă se considerau spirituale, dar nu religioase. Fiecare fusese fascinată de rădăcinile culturale și religioase ale celeilalte: Victoria ca irlandezo-americancă, iar Lena ca americancă evreică. Considerau că aveau multe puncte în comun, incluzând împărtășirea acelui sentiment de alteritate în cadrul familiilor și comunităților lor religioase. Deși se trăgeau din medii religioase foarte diferite, simțiseră că pot vorbi cu mai mare ușurință una cu cealaltă decât o puteau face cu membrii propriilor comunități religioase.

După ce petrecuseră șase ani împreună, cu „multă distracție și fericire", se hotărâseră că își doreau să aibă un copil. Victoria alesese un donator de spermă anonim și rămăsese însărcinată repede. După primul trimestru, aflase că aștepta un băiețel. Cuplul fusese în extaz, dar se crease un conflict în relație când începuseră să vorbească

despre a-și circumcide sau nu copilul. Victoria considera că ritualul era barbar. Nu i se părea că există nicio dovadă care s-o convingă că ar fi fost mai bine în vreun fel pentru copil. Lena își dorea ca fiul lor să fie circumcis, așa cum erau fratele și tatăl ei. Se gândea că toți străbunii ei evrei fuseseră circumciși și nu o lăsa inima să „schimbe cursul istoriei". Victoria era de părere că Lena era împovărată de o tradiție care nu mai avea semnificație în prezent. Încercaseră să discute despre acestea, dar ajungeau de fiecare dată să țipe una la cealaltă și să se simtă neînțelese. Discuția cu privire la circumcizie a deschis calea către chestiuni precum botezul, confirmația, bar mitzvah și bradul de Crăciun. Au devenit extrem de conștiente de diferențele dintre ele. Cum urmau să gestioneze aceste probleme în privința copiilor lor? Doar avuseseră discuții profunde și luaseră hotărâri în complet acord cu privire la creșterea fiului sau fiicei lor. Religia nu păruse niciodată importantă. Iar acum tensiunea le făcuse să se îndepărteze una de cealaltă și să revină la un sentiment de alienare și de alteritate pe care fiecare deja îl trăise mai timpuriu în viață.

Walsh (2008) afirmă că orice clinician trebuie să dezvolte ceea ce autoarea numește „pluralism spiritual" (p. 73), i.e. un respect față de diferitele practici și credințe spirituale. Pentru a le oferi acestor femei cel mai potrivit ajutor în luarea unor decizii dificile, era important să fie explorate propriile călătorii spirituale și ce anume le făcuse să se simtă deconectate de credința lor. Presupunând că o mare parte ținea de conservatorismul religios în raport cu orientarea lor sexuală, ce altceva provocase deconectarea fiecăreia de identitatea religioasă și ce întreținea sentimentul de conexiune? Cât de conectate se simțeau de familiile de origine? Și care erau originile sentimentelor de alteritate? Toate acestea implică

o explorare lentă a credinței fiecărei persoane, ajutând-o să înțeleagă de ce s-a simțit detașată de anumite ritualuri și de ce a ajuns să le și respingă. O explorare reciprocă a experienței de a fi străină, de a fi altfel, le-a ajutat pe cele două paciente să se reconecteze și să ia deciziile corecte în viitor. Deși Lena considera că circumcizia constituia o legătură importantă cu cultura evreiască pe care-și dorea să o ducă mai departe, au discutat despre alte căi prin care ar putea crea o moștenire religioasă și culturală combinată. În cele din urmă, bebelușul nu a fost circumcis.

Atunci când lucrez cu un cuplu, combin gândirea psihanalitică și teoria sistemică.

Mă bazez pe istoria opresiunii rasiale și a privilegierii albilor în SUA, a migrației religioase, precum și pe teoria interpersonală, teoria relațiilor de obiect, teoria atașamentului și teoria sistemică. Atunci când este vorba de un individ, pun cel mai mare accent pe înțelegerea aspectelor specifice ale dezvoltării și vieții relaționale a respectivei persoane, incluzând aspectele transferențiale. Atunci când lucrez cu un cuplu, mă concentrez pe cum este fiecare persoană afectată de așteptările, proiecțiile și anxietățile celeilalte (Rubalcava & Waldman, 2004). Cu un cuplu MII, îmi direcționez atenția către problematicile sistemice care i-ar putea afecta pe cei doi. Care este impactul traumei intergenerațională care rezultă din variate aspecte de rasism asupra familiei de origine? Care este impactul clasei sociale asupra acestui cuplu? Constituie membrii familiei un sprijin sau nu? Care este nivelul de pierdere valabil pentru fiecare individ? Pentru imigrant, este vorba de pierderea unui cămin sau de pierderea statutului de membru al culturii majoritare? Killian (2002) discută despre cum un cuplu simte că și-a pierdut moștenirea culturală odată ce-a fost respins de familia

de origine. Întrebarea care s-ar pune, în cazul în care au pierdut această moștenire, ar fi: Când s-a întâmplat acest lucru cu adevărat și de ce este sentimentul de pierdere atât de acut în prezent? La fel, putem întreba: În ce context s-a simțit fiecare dintre parteneri un străin? Ce fel de apărări se folosesc pentru a gestiona această experiență? Și unde sunt fericirea și durerea în cadrul relației?

În acest capitol, am descris o dinamică particulară care se poate regăsi la cuplurile MII. Este important de menționat că terapeutul de cuplu trebuie să se concentreze și pe aspectele globale care afectează cuplurile obișnuite, precum dinamica puterii, incompatibilitatea sexuală, secretele, problemele de parentaj, problematicile din familia de origine, întreruperea comunicării și dificultățile financiare. Însă cuplurile MII sunt adesea supuse prejudecăților rasiale, bigotismului, opresiunii și sentimentelor de pierdere și de izolare. Se pot înstrăina de membrii familiei. Ca terapeut alb aflat într-o relație MII, mi se întâmplă frecvent să uit că trebuie să acord atenție propriului meu privilegiu — și asta din cauza propriilor procese disociative. Experiența uitării este o funcție a încorporării privilegiului albilor. Această dinamică poate să-mi stârnească vinovăție atunci când lucrez cu cupluri MII. În același timp, conștientizarea privilegiului îmi poate cu ușurință eclipsa propriile experiențe de marginalizare și de bigotism, trăite ca fetiță evreică, ce a crescut în mijlocul unei comunități albe, majoritar neevreiești. Este important să privim atât asupra vinovăției și durerii prezente în cabinet în interiorul terapeutului, cât și între membrii cuplului. Cuplurile MII pot fi disociate de propria vinovăție și durere. Dar, ca terapeuți, este crucial să înțelegem care dintre noi poartă vinovăția și durerea în orice moment. Atunci când un membru al unui cuplu descoperă problematicile interne cu care se luptă partenerul, poate fi împărtășit un profund sentiment de empatie. Care

sunt aspectele pe care le proiectează unul asupra celuilalt? Și care sunt punerile în scenă care se repetă între ei și cu mine? Sentimentul de a fi un străin se naște de timpuriu în viață și este extrem de dureros. Poate deveni baza vieții individului și cu atât mai mult o bază a relațiilor intime ale acestuia. Dacă indivizii pot discuta despre aceste sentimente și își pot împărtăși durerea, proiecțiile și singurătatea, partenerii pot vindeca împreună rănile din existențele lor separate și pot deveni un cămin sigur unul pentru celălalt, unul care să-i protejeze atât de o lume dezbinătoare, cât și de un psihic disociat.

Capitolul 6

Patruzeci de nuanțe de gri[44] în intimitatea iranienilor

Siamak Movahedi

Căutarea intimității în relațiile interpersonale pare să constituie o preocupare globală.[45] Această căutare interpersonală este una paradoxală în era digitală, acum când computerele, telefoanele inteligente și alte dispozitive digitale concurează la a ne capta atenția și observăm cum, în public sau în privat, multe cupluri preferă să-și acceseze telefoanele sau iPod-urile decât să fie în contact unul cu celălalt. Intimitatea este un concept ambiguu și derutant, cu precădere când discuția este una interculturală, întrucât aceasta ia forme diferite în cadrul diferitelor culturi. În Vest, termenul de „intimitate" implică o idee de deschidere și de autodezvăluire în spațiul interpersonal, o împărtășire autentică a sentimentelor și experiențelor cu un partener care ascultă și răspunde într-o manieră

---

[44] Aluzie la titlul cărții *Fifty Shades of Grey* (2011) — tradus în română ca *Cincizeci de umbre ale lui Grey* —, roman erotic al autoarei britanice E.L. James. (*N.t.*)

[45] Doresc să le mulțumesc lui Gurmeet Kanwal și Salman Akhtar pentru invitația de a contribui la această valoroasă colecție de lucrări. Doresc de asemenea să îi mulțumesc în mod deosebit lui Nahaleh Moshtagh, care mi-a împărtășit cu generozitate gândurile ei cu privire la această temă și a adus multe sugestii și comentarii pline de importanță asupra versiunilor inițiale ale lucrării de față.

empatică. Cu toate acestea, Schaefer și Olson (1981) au propus o perspectivă mai exhaustivă asupra intimității. Aceștia prezintă intimitatea drept un concept interpersonal complex, alcătuit din multiple dimensiuni, precum *intimitatea emoțională* (apropierea de celălalt, capacitatea de a împărtăși sentimente și de a primi sprijin în absența unei atitudini defensive); *intimitatea socială* (a avea prieteni comuni și rețele sociale); *intimitatea sexuală* (a oferi și primi afecțiune, atingere, apropiere fizică și sexuală); *intimitatea intelectuală* (împărtășirea de idei și experiențe cu privire la viață și muncă); și *intimitatea recreațională* (împărtășirea de experiențe, maniere comune de divertisment și de implicare în activități).

Așadar, intimitatea pare să caracterizeze calitatea relației interpersonale. Se referă la tiparul de interacțiune și/sau la capacitatea individului de a intra într-o formă de contact social pe care am considera-o intimă. În măsura în care intimitatea constituie un mod de relaționare, influența culturii în care aceasta se produce este extrem de mare. Chiar și dacă încercăm să definim intimitatea ca o expresie simbolică a sentimentelor inconștiente profunde, a proiecțiilor sau a tiparului de relații de obiect, natura dificultăților din cadrul relațiilor interpersonale și modurile în care acestea sunt exprimate sunt dictate de repertoriile culturale disponibile ale acelor timpuri. Așadar, în cadrul oricărei discuții cu privire la intimitate, trebuie să rămânem conștienți de problematicile culturale și structurale care ar putea îmbogăți sau limita relațiile interpersonale intime și influența formele de contact interpersonal. De vreme ce deschiderea și autodezvăluirea par să constituie o parte majoră a intimității, experiența sinelui și prezentarea sa cognitivă în vederea dezvăluirii față de celălalt se circumscriu laturii culturale a intimității.

Ca semnificație originară, „intimitatea" se referea la cea mai personală și mai ascunsă stare a ființei cuiva. Termenul

derivă din latinescul *intimus*, care înseamnă „cel mai profund", „cel mai adânc" și „lăuntric". Redirecționarea sa contemporană de la intimitatea psihică la relaționarea intersubiectivă, de la personal la interpersonal și de la sinele privat la sinele public reflectă o schimbare fundamentală în structura societății și a relațiilor sociale, precum și în conceptualizarea noastră cu privire la individ, sine și interpersonal (Levenson, 1974; McKnight & Movahedi, 2017). Așadar, a vorbi despre intimitate ca despre un fenomen intrapsihic — mai degrabă decât interpersonal — care operează în afara mediului cultural, așa cum au încadrat unii analiști acest concept în cadrul Congresului IPA asupra Intimității (2017), reprezintă o reminiscență a vechiului concept psihanalitic de subiect drept o monadă închisă în sine.

Experiența profunzimii sentimentului conștient și inconștient al sinelui în relație cu celălalt poate diferenția intimitatea de apropiere. Pentru Burch (2004), apropierea se situează la nivelul conștient, în timp ce intimitatea derivă din inconștient. Așadar, intimitatea joacă un rol mult mai important în procesul terapeutic decât apropierea.[46]

Deși conceptul contemporan de intimitate face parte din cultura terapeutică influențată de accentul pus de psihanaliză asupra deschiderii din cadrul relației analitice, acesta surprinde o nevoie fundamentală umană de a fi văzut, luat în considerare și înțeles de către celălalt.[47]

---

[46] Burch (2004) observă că unii oameni percep relațiile marcate de furie ca un semn al intimității. Cu toate acestea, consideră că în astfel de relații poate exista pur și simplu o implicare intensă, fără ca acestea să fie apropiate sau intime.

[47] În sfaturile frecvente oferite Marthei (1961), Freud sublinia faptul că elementul-cheie al intimității emoționale din relația lor era „sinceritatea și deschiderea absolută în comunicare, fără rețineri" (p. 266).

Există, firește, o diferență între nevoile individului și tiparul cultural al prezentării acestora, a recunoașterii sau chiar și a construcției lor.

Unii cercetători au susținut că există o diferență între culturile în care rolurile de gen sunt distinse în mod tradițional, culturile individualiste și culturile colectiviste, în termenii nevoii de intimitate sau ai tiparului de exprimare a acesteia. Se spune că intimitatea este mai pronunțată în cadrul culturilor individualiste, având un nivel mai înalt de egalitate între genuri, decât în culturile colectiviste sau tradiționale, care aderă la o ideologie rigidă cu privire la rolurile de gen (Adams, Anderson & Adonu, 2004; Chen, 1995; Hsu, 1985; Gao, 1991; Goodwin & Lee, 1994; Marshall, 2008; Wheeler, Reis & Bond, 1989).

Marshall (2008) a examinat relația dintre intimitate și ideologia rolurilor de gen, precum și dintre intimitate și tendințele individualiste și colectiviste regăsite la canadienii europeni și canadienii chinezi. Datele autoarei demonstrează că, în cazul canadienilor chinezi, apar niveluri mai scăzute de intimitate, în comparație cu autodezvăluirea relațională caracteristică în cazul canadienilor europeni. De precizat că această diferență între gradele de intimitate dintre cele două grupuri a corelat cu nivelul de tradiționalism cu privire la rolurile de gen mai degrabă decât cu individualismul sau colectivismul.[48]

În lumina acestei perspective, voi încerca să plasez conceptul de intimitate în contextul culturii iraniene, care este extrem de complexă și stratificată, cu multe nuanțe

[48] Ar trebui să adăugăm aici faptul că distincția culturală între „individualist" și „colectivist" este destul de problematică și superficială; ambele concepte sunt mai degrabă multidimensionale decât liniare. Cu toate acestea, conform descoperirilor unui studiu global, cultura iraniană se caracterizează printr-un amestec de conexiuni și legături familiale strânse și un grad înalt de individualism (Javidan & Dastmalchian, 2003).

de gri. Pentru a evita aici o falsă dihotomie între narativele individuale și publice ale intimității, iubirii și relațiilor emoționale, ar trebui să notăm faptul că orice cultură furnizează o matriță pentru construirea poveștilor individuale; aceasta oferă limbajul pentru organizarea ideilor, dorințelor, sentimentelor și amintirilor individului (Lévi-Strauss, 1951). Cu alte cuvinte, cultura pune la dispoziție sintaxa pentru un „discurs" al cărui „vocabular" derivă din biografia subiectului. În același timp, textele literare, romanele, basmele și expresiile artistice care sunt centrate în jurul intimității pot reprezenta soluții simbolice la problemele sociale și culturale reale, dar resimțite inconștient. Astfel, narațiunile culturale ale intimității tind să abordeze experiențele, conflictele și dificultățile oamenilor în cadrul relațiilor interpersonale determinate de gen.

În cadrul unei cercetări recente, Movahedi și Moshtagh (2018) au desfășurat un studiu psihanalitic al unei selecții de basme iraniene tradiționale, unele care continuă să bântuie conștientul indivizilor și să le structureze fantasmele cu privire la intimitate și la relațiile de obiect determinate de gen.[49] Perspectiva universală aflată la baza basmelor persane exprimă dimensiunile culturale ale intimității dintre bărbați și femei. Cele *O mie și una de nopți ale Șeherezadei* (cunoscute publicului american drept *Nopțile arabe*) sunt un exemplu excelent al fricii de intimitate a bărbatului. Contrar interpretării literale sau istorice a *O mie și una de nopți* la un nivel manifest, Movahedi și Moshtagh susțin că este vorba despre aceeași poveste spusă de o mie de ori. Iar intriga acelei unice povești este

[49] Astfel de indivizi au tratat basmele ca pe un cimitir cultural în care locuiesc multe dintre acele creaturi invizibile. În acest sens, fiecare basm este privit ca fiind întruchipat de fantomele morților, care continuă să invadeze prezentul și să intervină împotriva oricărei schimbări în viitor.

vindecarea/domesticirea unui bărbat nesigur, paranoid și narcisic, care nu poate rămâne într-o relație cu o femeie pentru mai mult de o noapte și o va elimina — metaforic, ucigând-o — în ziua următoare, în căutarea unei noi idile.

Conform analizei autorilor, un gen literar principal în cadrul basmelor iraniene tradiționale are ca punct central femeia care conspiră împotriva soțului ei, trădarea acesteia și relațiile ei extramaritale. Femeile sunt portretizate ca fiind periculoase, de neîncredere și viclene — și niciodată ca fiind oneste, pioase și devotate. În contrast, bărbații sunt zugrăviți ca naivi și supuși unei manipulări facile. Multe dintre nevestele din aceste povești au amanți și își trimit bărbații creduli la vânători de fantome pentru a se bucura de intimitate cu amanții lor în absența soțului. Ca încă un mijloc folcloric de exprimare culturală, filmele au devenit un context major al reprezentării schimbărilor din cadrul intimității și al relației maritale dintre bărbați și femei în Iran.

În studii recente, McKnight (2016) și McKnight și Movahedi (2017) au analizat un eșantion longitudinal din materialele publicate sub rubrica „Ask Ann Landers"[50] de-a lungul unei perioade de aproape cincizeci de ani, pentru a identifica maniera în care povestirile cu privire la căsătorie, iubire și intimitate ale clasei de mijloc din America parcurseseră o transformare din anii '50 până în prezent. Nu avem la dispoziție niciun fel de resurse similare pentru a urmări cum au evoluat conceptele de iubire și de intimitate în Iran, dar, din ce putem presupune bazându-ne pe câteva cercetări izolate, pe varii rubrici din presă și pe ce auzim de pe divan sau în supervizări, a avut o loc o schimbare

[50] Ann Landers a fost un pseudonim creat de editorialista *Chicago Sun-Times* Ruth Crowley în 1943 și preluat de Esther Pauline Lederer în 1955. Timp de 56 de ani, această rubrică de tipul „Răspundem cititorilor" (*Ask Ann Landers — Întrebați-o pe Ann Landers*) a devenit extrem de populară în presa din SUA. (*N.t.*)

foarte importantă în ce privește nevoia conștientă a oamenilor de intimitate. În cadrul acestei lucrări, voi încerca să detaliez și să examinez tiparele contactelor interpersonale care s-ar putea califica drept o formă de intimitate.

Ar trebui să menționez încă de la început că observațiile mele ar putea să fie subiective, în termenii educației, statutului socioeconomic, înclinației psihice și a fluenței celor de la care am adunat informații în cadrul discursului terapeutic referitor la intimitate. Această ultimă precizare este absolut esențială, dat fiind faptul că, atunci când ne referim la noțiuni asociate intimității, cultura iraniană este extrem de stratificată. Spre exemplu, în cazul oricărei discuții asupra intimității, este posibil să observăm diferențe semnificative între generațiile mai în vârstă și cele mai tinere, precum și între clasa muncitoare, clasa mijlocie urbană tradițională și clasa medie-superioară urbană, educată și modernă.

Voi începe prin a preciza că termenul „intimitate" nu are un echivalent direct în farsi, limba persană, iar conceptul de intimitate de acum un secol din Statele Unite este diferit de conceptul nostru de astăzi. Conceptele au viețile și evoluția lor; de asemenea, se caracterizează prin multe dimensiuni afective și cognitive complexe. Simpla traducere dintr-o limbă în alta tinde să piardă unele dintre nuanțele mai subtile; în mod tipic, se traduce doar semnificația denotativă. Desigur, aceasta nu implică faptul că oamenii din Iran nu caută sau nu se angajează într-o comunicare interpersonală apropiată emoțional unul cu celălalt. Din contră, în Iran granița dintre relațiile formale și informale este destul de permeabilă, iar interacțiunile impersonale tind cu ușurință să devină intime și personale.

În cadrul unui sondaj informal recent adresat unui grup de psihologi și psihiatri cu scopul identificării unui cuvânt în farsi echivalent cu conceptul de intimitate, cel mai des amintit a fost *samimiat* (sinceritate). Au fost sugerate și

cuvinte conexe, precum *nazdiky* (apropiere), *doosty* (prietenie), *hamrazy* (confident) și *khodemani* (familiar).

Nu sunt de părere că *samimiat* (sinceritate) surprinde esența semantică și dimensiunile afective ale cuvântului englez „*intimacy*", așa cum este utilizat astăzi; în schimb, acest concept multidimensional ar putea fi întru câtva descris printr-o combinație a tuturor cuvintelor sugerate. Experiența interpersonală a intimității sau căutarea unei astfel de experiențe există însă în Iran, deși este posibil să nu găsim un cuvânt unic care să exprime bogăția emoțională a conceptului. Poate că niciun cuvânt singular nu poate face acest lucru în nicio limbă.

Intimitatea emoțională

Definiția intimității ca apropiere emoțională și un tipar reciproc de autodezvăluire se referă în primul rând la intimitatea emoțională. În mod ideal, intimitatea emoțională constituie împărtășirea reciprocă a sinelui intern al individului, a gândurilor, sentimentelor și fanteziilor sale. Intimitatea și apropierea nu sunt neapărat legate de iubire sau sex, deși cei îndrăgostiți se pot simți foarte apropiați și intimi fără a-și dezvălui neapărat profunzimile sufletești unul altuia. Iată cum vorbește această femeie iraniană despre partenerul ei:

> *Îl iubesc, este un bărbat bun, nu este rău, dar nu am niciun sentiment față de el. Este neinteresant, cam retardat; astăzi am încercat să-l fac bucăți, m-am luat de toate slăbiciunile lui și am încercat să-l distrug.*

Un alt caz mai extrem este acela al unui bărbat iranian educat și de carieră care pretinde că-și iubește soția, dar

nu are încredere în ea în ce privește deciziile importante. A dezvăluit faptul că, atunci când a trebuit să aleagă un împuternicit în chestiuni de sănătate, a numit un prieten responsabil de deciziile de viață și de moarte, și nu pe soția sa. A spus că, dacă ar fi pe patul de moarte, nu ar avea încredere în ea să participe la luarea unor decizii care l-ar pune în situația fie de a primi, fie de a refuza tratamente care să-l țină în viață.

Nemulțumirea principală pe care o auzim în prezent în lucrul clinic cu femeile iraniene din clasa de mijloc este cu privire la lipsa de intimitate din relația lor maritală.[51] Soțul nu îndeplinește nevoile emoționale ale soției: este prea ocupat cu serviciul, prea implicat în propria sa familie și prea absorbit de propriile-i preocupări ca să-i asculte ei nemulțumirile. De obicei, există un personaj îndepărtat din trecutul lor față de care au resimțit puternice sentimente romantice, dar relația reală sau fantasmată nu a ajuns nicăieri din cauza diferenței de statut social dintre familiile lor — familia acelui bărbat nu era îndeajuns de bună, nu avea studii îndeajuns de înalte, nu avea un serviciu suficient de bun, prestigiu, poziție sau bani.

Cu toate acestea, unele femei iraniene care s-au căsătorit cu bărbatul de care s-au îndrăgostit se plâng că, în urma căsătoriei, au pierdut sentimentul de intimitate emoțională cu soțul lor, deși au continuat să se cunoască din ce în ce mai bine. Ceva se întâmplă la scurtă vreme după căsătorie care cauzează diminuarea intimității emoționale cu soții lor, deși cuplul poate continua să se dețină un anumit nivel de *intimitate socială*, *sexuală*,

---

[51] Recent, un terapeut care lucrează în două clinici diferite din Teheran — una aflată în zona prosperă a orașului, iar cealaltă într-o zonă săracă — a semnalat faptul că, în vreme ce principalul motiv de nemulțumire al femeilor din zona înstărită a orașului este legat de soții lor, în zona săracă a orașului, femeile nu vin cu nicio plângere referitoare la conflictele maritale.

intelectuală și *recreațională*. Există ceva în cadrul ideologiei rolurilor de gen al relațiilor maritale care constituie un pericol pentru intimitate. Structura instituțională a căsătoriei, care favorizează dominanța masculină, impune un nou set de limite, care redefinesc natura relației care i-a adus împreună.

O observatoare perspicace a comentat recent în cadrul unui grup de studiu condus de Moshtagh (2017):

> *În această cultură, nu suntem posesoarele corpurilor noastre, în special ale organelor noastre genitale. [...] Nu posesia minții noastre este problema [...] ci a vaginului nostru, [care] este o proprietate comună înainte de căsătorie, [dar] devine proprietatea bărbatului după căsătorie. Acest fapt este suficient pentru a-ți ucide dorința, sentimentul de control și orice sentimente de intimitate în relație.*

Această afirmație este extrem de însemnată pentru discuția noastră referitoare la intimitate. Dacă în cadrul căsătoriei o femeie nu se află în posesia celor mai private și intime părți ale corpului ei, nu va fi posibilă nicio intimitate fizică sau sexuală cu proprietarul lor legal: nu poți împărtăși cu celălalt ceva ce nu-ți aparține. Acesta ar putea constitui unul dintre motivele evadării în relații extramaritale în căutarea intimității.

Ar trebui să menționăm aici faptul că egalitatea și reciprocitatea în relații reprezintă premisele cele mai importante ale intimității. Inegalitatea instituțională de gen în cadrul căsătoriei face ca potențialul de intimitate și menținerea acesteia să fie problematice. Ideologia tradițională iraniană a rolurilor de gen complică tiparul de intimitate emoțională, în termenii egalității și reciprocității autodezvăluirii. Autodezvăluirea este percepută ca feminină și ca un semn de slăbiciune, iar bărbatul — presupus a fi partenerul dominant și mai puternic — nu

ar trebui să-și dezvăluie sinele față de femeie, cu atât mai mult cu cât se presupune că ea nu este capabilă să păstreze un secret.[52]

În cazul cuplurilor educate care fie s-au ales unul pe celălalt, fie li s-a permis să parcurgă un soi de curtare, chiar dacă una scurtă, este posibil ca experiența „relației pure", așa cum a fost postulată de Giddens (2002), să se aplice doar acelui scurt interval. Căsătoria formală pare să transforme relația pură în simple roluri de gen. Unele femei cu o gândire psihanalitică îmi spun că natura sentimentelor transferențiale și contratransferențiale — într-un sens general — pare să parcurgă o metamorfoză în urma căsătoriei. O femeie mi-a spus:

> *Înainte să ne căsătorim, imaginea mea cu privire la mine însămi și imaginea mea din privirea lui erau similare. După căsătorie, am devenit mama sa disprețuitoare. Descrierea și caracterizarea pe care mi le făcea nu aveau nicio legătură cu ceea ce știu eu despre mine însămi.*

Realitatea obiectivă a căsătoriei modificase interpretările subiective legate de identitatea cuplului și de raportul acesteia cu partenerul: cei doi nu se mai puteau recunoaște în narativul marital al celuilalt.

Astăzi, putem observa în Iran o schimbare profundă care are loc în natura relațiilor interpersonale dintre bărbați și femei în interiorul și în afara căsătoriei. Această schimbare dramatică a creat ceea ce Durkheim (1893, 1897) numise o stare de *anomie*, care a creat, la rându-i, un spațiu cultural în care poate emerge o nouă formă de

[52] Există o credință culturală, ce se reflectă în proverbele persane, conform căreia un bărbat nu ar trebui să-i încredințeze unei femei niciun secret. „O femeie nu lasă bobul de mazăre să se ude în gura ei" (Zolfaghari, 2010, p. 1143); adică: „O femeie ascunde doar ceea ce nu știe" (Ardakani, Harehdasht & Hajjari, 2015).

intimitate între bărbați și femei. Din cauza acestei incertitudini în relația rolurilor de gen, femeile se află într-o constantă negociere cu privire la drepturile și privilegiile lor în cadrul căsătoriei, în vreme ce bărbații continuă să apeleze la tradiție pentru a-și menține prerogativele anterioare în cadrul structurii familiale. Cu toate acestea, mulți bărbați se plâng că femeile îi castrează și se întreabă cum să gestioneze această pierdere a statutului. Aceștia raportează un sentiment de emasculare prezent atât acasă, cât și la locul de muncă.

Acest lucru a creat o criză în familia iraniană și în relațiile heterosexuale, întrucât implicarea într-o comunicare emoțională profundă și reciprocă necesită o relație bazată pe egalitate și respect reciproc.

În centrul oricărui discurs referitor la intimitate se află ideea conform căreia indivizii au nevoi emoționale care trebuie satisfăcute, iar partenerii romantici ar trebui, în mod ideal, să furnizeze acea satisfacție emoțională. Idealul căsătoriei nu mai este unul în care soții doar își îndeplinesc rolurile de gen, ci și unul în care doi indivizi își satisfac reciproc nevoile emoționale, într-un context de înțelegere reciprocă și egalitate a atenției (McKnight & Movahedi, 2017).

Nu există nicio intimitate într-o relație de tip stăpân–sclav. Acesta este motivul pentru care un număr din ce în ce mai mare de tinere femei iraniene educate fie nu se căsătoresc, fie intentează divorțul la scurtă vreme în urma căsătoriei. Presa iraniană chiar scrie despre „petrecerile de divorț", ca reprezentând o modă în creștere în unele cercuri din Teheran (Bengali & Mostaghim, 2016). Conform statisticilor oficiale, mai mult de trei milioane de femei iraniene cu studii superioare și în vârstă de peste 30 de ani sunt necăsătorite. Așa cum a fost descrisă situația de către un sociolog iranian, „se obișnuia ca o femeie să se căsătorească, apoi pur și simplu să trebuiască să se înțeleagă cu

soțul. Acum, dacă nu este fericită, se va separa de el. Nu mai este un tabu" (Dehghanpisheh, 2014).

Femeile i-au depășit pe bărbați în termenii realizărilor psihologice, sociale, culturale și educaționale. Ele sunt mult mai libere, mai progresiste și mai independente decât bărbații; o nemulțumire constant exprimată este că bărbații nu sunt îndeajuns de educați, îndeajuns de liberi cultural sau îndeajuns de sofisticați social încât să tolereze traiul cu o femeie liberă. Astăzi, mai mult de 60 % din studenții universitari sunt femei și, dispunând de certificări, multe dintre acestea își găsesc locuri de muncă bune. Atunci, problema lor devine să găsească un bărbat dispus să se căsătorească cu o femeie mai educată și mai de succes decât el; aceasta constituie una dintre cauzele unui declin abrupt al ratei căsătoriilor și a unei creșteri bruște aferente a ratei divorțurilor.

Femeile iraniene se plâng că, deși bărbații lor au un aspect elegant și o vestimentație rafinată, din punct de vedere mental sunt demodați. Chiar și bărbații iranieni înalt educați, care dețin certificări postuniversitare avansate sau doctorale, susțin acestea, tind să mențină o ideologie regresivă în privința rolurilor de gen și nu știu cum să se comporte cu femeile (Bengali & Mostaghim, 2016).

Am lucrat în cadrul practicii clinice din Boston cu multe cupluri iraniene înalt educate. Unii tineri bărbați tind să manifeste un comportament deschis și liberal în timp ce ies cu o femeie, dar, în urma căsătoriei, devin destul de tradiționali și încearcă să-i controleze soției viața profesională, vestimentația și rețeaua profesională de prieteni sau colegi. Ca rezultat, multe dintre aceste căsătorii se destramă în scurt timp. Așa cum explică o femeie, „nu te poți căsători cu un bărbat iranian normal care să nu te restricționeze spunându-ți «nu munci; nu ieși». În zilele noastre, este greu să găsești un bărbat iranian cu adevărat deschis la minte. Au rămas cu mult în urma noastră". Două

femei psihiatru au mărturisit că, la începutul căsniciei, s-au confruntat cu foarte mari dificultăți când bărbații lor le-au cerut să nu primească pacienți bărbați. Unul dintre soți, el însuși medic, a protestat motivând că nu voia ca soția sa să asculte fanteziile sexuale ale pacienților bărbați.

Ar trebui să menționez aici că, în ciuda imaginii vestice distorsionate a relațiilor între sexe din Iran, femeile iraniene nu pierd nicidecum teren în lupta de putere cu bărbații și nici măcar cu teocrația patriarhală. Acestea nu joacă un rol submisiv și dependent în căsnicie sau în societate. Ba chiar mai mult, femeile s-au aflat în fruntea rezistenței politice și au fost responsabile de o mare parte din schimbarea politică, culturală și socială. Ele controlează o parte extrem de însemnată a discursului contemporan social și politic.

În cadrul călătoriilor sale recente în Iran, fotograful stabilit în Amsterdam, Marinka Masséus, a făcut o serie de fotografii în care femei iraniene își aruncă sfidător vălurile tradiționale în aer. Aceste femei iraniene moderne independente, care provocau sistemul patriarhal opresiv, au impresionat-o enorm pe artistă. Femeile pe care le-a cunoscut i-au spus că aveau două fețe: „Una pentru lumea exterioară, ca să se mențină în siguranță, și una pentru cea interioară“ (Elston, 2018). Firește, chipul interior este cel care se află într-o căutare a unei împărtășiri autentice a sentimentelor și a experiențelor cu un partener care ascultă și răspunde empatic.

Recent, dr. S., o analizandă de-ale mele, care este profesor de chirurgie în cadrul unei facultăți locale de medicină, a fost informată că niște hackeri au pătruns în baza de date de resurse umane a universității și au obținut date personale vitale. Ea a trebuit să contacteze bănci, companii de credit, poliția și alte instituții, pentru a-i informa despre spargere și a modifica nenumărate conturi, ca să se protejeze de un furt de identitate. În ciuda pașilor plictisitori,

birocratici și laborioși necesari pentru a o proteja de utilizarea abuzivă a identității ei, mi-a mărturisit că întreaga experiență îi făcea plăcere. Începuse să se întrebe cine era ea și care identitate fusese furată. Cine doar se prefăcuse a fi ea și cine era adevărata S.? Cine era cea adevărată și cine era cea falsă și cum putea fi sigură de acestea? Uneori, preocuparea sa părea bizară, ca și cum s-ar fi luptat cu o pierdere a identității, dar sentimentul era unul mai degrabă profund decât patologic. Mi-a spus că sentimentul era similar cu a fi o persoană care a fost încarcerată într-o fermă mare, cu multe camere și înconjurată de mulți copaci. Apoi, deodată, descoperise o ușă spre exterior, prin a cărei deschizătură putea vedea o vastă panoramă de noi experiențe bogate și plăcute. Mi-a spus că își pusese la îndoială propria identitate: Cine este această S. și a cui identitate a fost furată? Să fie ea o ființă umană sau o pasăre? În cuvintele ei:

Nu conta dacă aș fi fost o pasăre care să zboare de colo colo. Eram profesor și chirurg? Din nou, nu conta. Am muncit toată viața la studiile mele, făcând cercetare, scriind și lucrând ca să ajung la această poziție, dar acum simțeam că de fapt nu conta dacă renunțam la ea. Deci care era lucrul care făcea diferența și care nu-mi putea fi furat? Am simțit că iubirea era cea care făcea diferența; nu m-aș putea descurca fără relația cu sora mea, cu copiii mei, cu părinții și cu pacienții din ATI.

Mă așteptam să enumere multe alte relații despre care vorbise în analiza ei, când a spus: „Mă simt confortabil să-i numesc pe oamenii cu care pot să fiu liberă; cu care nu trebuie să mă prefac sau să joc un rol. [...] cu care mă simt în siguranță să fiu vulnerabilă".

Este interesant de menționat că rețeaua de relații intime în care dr. S. se poate simți confortabil, în care se poate simți atât în siguranță, cât și vulnerabilă — anume,

relațiile în care poate fi ea însăși și în care nu trebuie să se prefacă sau să joace un rol — îi include pe pacienții ei din ATI, dar nu și pe soțul ei. Menținând linia observațiilor din cadrul altor culturi tradiționale (Dion & Dion, 1993; Hsu, 1985; Ting-Toomey, 1991), partenerii maritali din Iran au parte de mai puțină intimitate, pentru că multe dintre nevoile lor de intimitate sunt satisfăcute prin intermediul relațiilor familiale apropiate.

În ciuda acestui fapt, multe cupluri trebuie să se controleze și să se țină strâns unul pe celălalt pe măsură ce încearcă să se schimbe unul pe altul. Clișeul persan utilizat pentru a defini iubirea ca „suflet în două corpuri" provoacă dezastre; nu este decât o rețetă a unei lupte de putere cu privire la care suflet va ajunge să ocupe cele două corpuri. Acesta este și calvarul cuplurilor care împărtășesc o patologie similară și rămân împreună în chipul unei soluții disperate pentru tulburările de atașament și dificultățile lor de separare.[53]

Intimitatea sexuală

Intimitatea emoțională nu este neapărat aceeași cu intimitatea sexuală; cele două pot chiar să nu fie legate una de cealaltă. Deși Giddens (1992) susține că transformarea intimității în societățile moderne invită la explorarea corpului și a plăcerii sexuale, este posibilă deținerea unor relații intime emoționale fără ca acestea să fie sexuale, precum și a unor relații sexuale fără a fi intime (Jamieson,

[53] „Fuziunea și fuzionarea nu creează intimitate, ci o iluzie a acesteia"; pentru ca intimitatea să se creeze, trebuie ca individul să aibă un sentiment al sinelui; trebuie să își știe limitele, pentru că a fi captiv într-o relație nu înseamnă intimitate" (Purser, 2007, p. 296).

1998). Acesta este, în special, cazul în ce privește cultura iraniană tradițională, în care mulți bărbați și femei au încercat să mențină sexul la distanță de relațiile intime emoționale sau care considerau că iubirea se situa deasupra și dincolo de experiența trupească a sexului. Femeia din fanteziile unui bărbat iranian tradițional era virginală și asexuală, caracterizată fiind de aceeași puritate ca și mama lui.

În mod interesant, un număr de studii desfășurate de cercetătoare iraniene asupra satisfacției sexuale a femeilor iraniene încearcă să prezinte o imagine asexuală a femeilor iraniene. Respondentele din cadrul studiilor subestimează sistematic importanța sexului în relațiile lor și afirmă că sexul este ceva privat și că este posibil chiar să nu știi dacă ești satisfăcută de acesta. Se raportează că multe femei caută mai degrabă „serenitate și sprijin" decât sexualitate în relațiile lor maritale. Unele femei afirmă că sexul cu partenerii lor nu le face plăcere, iar pentru ele sexul reprezintă un mijloc de conectare emoțională. Aceste afirmații sunt tipice pentru răspunsurile femeilor:

Nu mai sunt tânără, iar hormonii corpului meu funcționează diferit. Atunci când liniștea și sprijinul îmi sunt oferite de soțul meu, nu resimt niciun conflict și acest lucru nu mă deranjează niciodată. Aceasta este condiția care definește satisfacția pentru mine.

Într-o căsnicie, nu este vorba doar de relația sexuală, ci și de a trăi cu o altă persoană, care este acolo cu tine în fiecare noapte și în fiecare zi; ai o astfel de relație [sex] numai o oră.

Cred că 10 % dintr-o relație maritală este sexul, dar acest 10 % ar putea rivaliza cu restul de 90 %. Într-o viață obișnuită, lucrurile cotidiene ne ocupă 90 % din creier, iar 10 % din el este preocupat de sex. Dacă ai parte de sex satisfăcător, numai acest 10 % ar putea rezolva multe probleme, iar alte dificultăți ar putea fi gestionate.

Satisfacția sexuală înseamnă ca persoana să simtă desfătare în toate și să creadă că nimic nu este mai bun decât această relație. Atunci va putea duce toate necazurile. Va exista un sentiment de serenitate și de intimitate cu soțul ei.
Satisfacția sexuală înseamnă doar sentimentul că mintea mea se eliberează de probleme, odată cu plăcerea fizică. Dacă sexul se bazează pe principii, plăcerea dată de acesta este dincolo de orice altă plăcere; așadar, satisfacția sexuală poate fi definită ca o plăcere derivată din tendințele sexuale, care se adaugă la serenitatea mentală, iar asemenea sex este extrem de rar.

În cadrul unui studiu calitativ cu privire la sexualitatea femeilor în Iran, Farnam, Raisi, Janghorbani și Merghati-Khoei (2016) au raportat că toate femeile din eșantionul lor se angajau în relații sexuale cu partenerii în primul rând pentru a atinge intimitatea emoțională mai degrabă decât pentru plăcerea fizică. Nu le făcea plăcere partea fizică a actelor sexuale, deși mărturiseau că activitatea sexuală le face plăcere în condiții de solitudine, prin intermediul fanteziilor sexuale și al masturbării. Nicio participantă la studiu nu considera sexul oral sau anal ca fiind dezirabil, deși unele dintre acestea l-ar fi practicat cu ocazii foarte rare numai pentru a-și satisface soții.

Este demn de menționat faptul că majoritatea studiilor desfășurate în Iran — și, în mod paradoxal, de către femei — pare să se afle în linie cu ideologia tradițională a rolurilor de gen și să localizeze rădăcina conflictelor maritale și a insatisfacției sexuale în cadrul factorilor economici (Darooneh, Ozgoly, Sheikhan & Nasiri, 2017; Syasar & Bakhshani, 2014; Nasehi et al., 2017; Yekta, Raisi, Ebadi & Shahvari, 2015).[54] Condițiile economice, și nu o ideologie

[54] În cadrul unui studiu care a inclus 532 de tinere femei căsătorite din Tabris, cercetătorii raportează că 66 % dintre femei sufereau de o formă sau alta de disfuncții sexuale (Mohammad-Alizadeh

regresivă a rolurilor sexuale sunt cele învinuite pentru problemele de intimitate și pentru insatisfacția sexuală. Factorii demografici și economici, și nu cei culturali sunt cei care explică nemulțumirea sexuală. Studiile raportează că satisfacția sexuală a femeilor este corelată negativ cu educația acestora — anume, cu cât este mai educată o femeie, cu atât este ea mai puțin satisfăcută în relația ei sexuală cu bărbații. Cu toate acestea, corelația este inversă când vorbim despre educația soțului: cu cât este acesta mai educat, cu atât este mai mare satisfacția sexuală a soției. În mod curios, acest tipar este atribuit mai degrabă veniturilor decât unor așteptări diferite, mediate de educație. Descoperirile cercetărilor semnalează și corelația negativă dintre satisfacția sexuală și ocuparea unui loc de muncă de către femei. Anume, prezența profesională a femeilor în cadrul economiei este invers proporțională cu satisfacția sexuală a acestora în căsnicie. Această descoperire intrigantă este de asemenea explicată în termenii stresului la care sunt supuse femeile care lucrează în afara gospodăriei. Nu se face nicio referire la educație și ocupație ca factori care modifică balanța puterii într-o relație maritală și contribuie la conflictele interpersonale. Mai degrabă decât a se referi la vocea socială și economică din ce în ce mai sonoră a femeilor — și la reticența acestora de a capitula în fața unor așteptări de gen represive —, studiile numesc stresul de la locul de muncă drept factor al insatisfacției sexuale și al conflictelor maritale.

Ar trebui, firește, să fim conștienți de faptul că aceste femei cercetători sunt obligate să ia în considerare ideologia cu privire la rolurile de gen a redactorilor publicațiilor care le publică lucrările, precum și ideologia colegilor care le evaluează contribuțiile și oportunitățile de promovare.

Charandabi, Mirghafourvan, Asghari-Jafarabadi, Tavananezhad & Karkhaneh, 2014).

În acest sens, ele trebuie să înceapă orice discuție pe această temă omagiind rolul constructiv al tradiției religioase în susținerea vieții de familie. Din această perspectivă, sexualitatea reprezintă calea către maternitate, iar femeia este lipsită de orice identitate în afara acelei poziții. Am putea chiar să considerăm că o funcție majoră a menținerii femeii ascunse sau în afara vederii este ca bărbatul să-și poată menține iluzia de separare de mamă, cel puțin într-o fantasmă vizuală. Într-un anumit mod, cea mai bună strategie pentru bărbați (dar și pentru femei) ca să se apăre de sentimentele sexuale oedipiene față de mamă este de a nega sexualitatea femeilor „bune" (mama) și de a restricționa, pedepsi sau condamna orice contact „nonmatern" cu vreo femeie, care i-ar putea stârni unui individ dorințe sexuale. Justificarea pentru neutralizarea sexualității femeii este de a se ține departe, chipurile, de abisul păcatului și al depravării. Speranța ascunsă este însă de a transforma căsnicia într-o simplă relație asexuală de schimburi și comunicare formale, astfel împiedicând impulsurile sau progresele sexuale ale femeii. Aceasta constituie o nemulțumire majoră care ni se comunică în cadrul muncii clinice cu femeile (Movahedi & Moshtagh, 2018).

Conform descoperirilor acestor cercetători, partea cea mai mare din satisfacția sexuală în cadrul unei relații maritale din Iran ține de îndeplinirea datoriei unei soții sau a unui soț. Mulțumirea femeilor cu privire la faptul că reușesc să-și îndeplinească rolul și datoria de soție reprezintă caracteristica definitorie a vieții lor sexuale. Yekta et al. (2015) relatează:

> *Obținerea efectivă a iubirii soțului și a satisfacției sale sexuale le furnizează femeilor un sentiment de putere și este considerată a fi o valoare de către acestea. Un număr mic de femei au afirmat că reacționează pozitiv la cererea soțului doar în numele Domnului. Aceste femei se considerau religioase și erau dispuse să se supună*

discursului marilor figuri islamice cu privire la responsabilitățile bărbaților și femeilor într-o căsnicie. De asemenea, se încredeau întru totul în ideea de a-ți îndeplini datoria în cuplu (tamkin), fapt pe care se pune un mare accent in islamism.

(p. 350)

Un alt studiu, întreprins de Khoei și Richters (2008), sugerează că un simbol idealizat al feminității pentru unele femei iraniene musulmane stabilite în Australia este noțiunea de *tamkin* sau obediența sexuală în căsnicie, care implică faptul că modestia și respectul de sine ale femeii sunt obținute prin obediența față de cerințele sexuale ale soțului:

Limitând sexualitatea la perioada reproductivă a vieții, femeile iraniene nu se concentrau pe starea sexuală de bine în sensul mai larg al acesteia, așa cum ar fi înțeleasă de femeile australiene; în schimb, se considerau sănătoase din punct de vedere sexual atâta vreme cât nu se confruntau cu probleme ginecologice.

(p. 191)

Khoei și Richters (2008) și Khoei et al. (2008) susțin că motivul pentru care femeile iraniene din Australia sunt reticente la a vorbi despre sex cu medicii lor, precum și cu alți specialiști din domeniul sănătății este că limba farsi este lipsită de termeni inofensivi pentru numirea organelor genitale. Khoei și Richters raportează că, în conversațiile cu copiii lor, părinții își inventează propriile cuvinte pentru a face referire la organele sexuale. Ar trebui să menționez aici că există multe cuvinte în farsi care denumesc organele genitale, iar caracterul „ofensator" al acestora nu este o proprietate a cuvintelor propriu-zise, ci mai degrabă o reflexie a atitudinii socioculturale față de sexualitate (Movahedi, 1996). Cu toate acestea, dimensiunile conotative ale cuvintelor farsi pentru organele sexuale umane conțin o cantitate

considerabilă de agresivitate și dispreț, iar atât bărbații, cât și femeile utilizează aceste cuvinte ca termeni vulgari, atunci când își adresează înjurături.

Intimitatea socială

În comparație cu modelul caracteristic Statelor Unite, în care Goldberg (1976) afirma că, așa cum spune și clișeul, bărbații americani pot avea „multe cunoștințe, dar nici măcar un singur prieten adevărat", bărbații iranieni formează multe legături apropiate de prietenie cu tovarășii lor bărbați. Aceste prietenii nu se bazează neapărat pe activități comune, ci mai degrabă pe un înalt nivel de autodezvăluire. Prieteniile intime formate în tinerețe se mențin de-a lungul întregii vieți și servesc, pentru bărbați, drept stâlp de susținere al relațiilor emoționale în afara familiei.

Examinând literatura persană, Kia (2016) afirmă că, deși sinele colectiv al iranienilor, care se bazează pe un sentiment reciproc exclusiv al diferenței, se definește printr-un sentiment caracteristic iluminismului de diferențiere între sine și celălalt, sinele iranian modern s-a construit din punct de vedere istoric prin intermediul prieteniilor intime bazate pe puncte comune și similitudine. Bărbații și femeile din Iran tind să-și formeze propriile subculturi, în cadrul cărora își satisfac o parte majoră din nevoia de intimitate.[55] Deși este posibil să discute despre detaliile cotidiene ale vieții în cadrul relațiilor lor

[55] Sociologii susțin de foarte multă vreme că subculturile se dezvoltă ca reacție la problemele de adaptare ale grupurilor, astfel încât membrii acestora să poată face față la problemele de adaptare cu care se confruntă în mod colectiv. Downes (1966) afirmă că subculturile se nasc „acolo unde există o interacțiune ineficientă între indivizi, în cazul unui număr de membri cu probleme

maritale, aceștia tind să-și deschidă sufletul și să-și dezvăluie secretele prietenilor și membrilor de același sex ai familiei.[56] Cu alte cuvinte, femeile și bărbații tind să fie mai intimi cu prietenii de același sex decât cu partenerii lor maritali. În vreme ce femeile sunt reticente la a-și dezvălui experiențele sexuale analiștilor lor — bărbați sau femei — ele tind să le ofere descrieri detaliate ale relațiilor heterosexuale prietenelor lor apropiate. Își împărtășesc experiențele private prietenelor, deși se află și în competiție cu acestea. Într-o serie de grupuri de studiu pe care Moshtagh (2017) le-a condus în cadrul Institutului de Psihoterapie HamAva de la Teheran, tinerele femei s-au plâns că se simt mult mai mult puse sub lupă și judecate negativ de către femei decât de către bărbați. Acest lucru era valabil în mod deosebit în cazul mamelor și taților acestora: „Persoana care te va numi frivolă, superficială, leneșă, depravată [*kharaab*], ba chiar târfă [*jendeh*] este de obicei o altă femeie". Femeile intervievate erau de părere că o anumită formă a competiției primitive dintre mamă și fiică este extrapolată la relațiile dintre femei. Un număr de tinere femei a raportat că era necesar să-și ascundă realizările față de mamele lor, dar nu și față de tați. Mamelor le puteau în primul rând împărtăși suferințele și eșecurile; altfel, dinamica relațională ar fi putut deveni instabilă. Ele considerau că această experiență caracteriza și natura relațiilor apropiate cu prietenele lor, în sensul că puteau

---

de adaptare similare, pentru care nu există încă o soluție eficientă la o problemă comună" (p. 7).

56 Aici, distincția făcută de Burch (2004) între intimitate și apropiere constituie o provocare în privința manierei în care utilizăm termenul „intimitate", în sensul în care multe femei au raportat că se simt apropiate de prietenele lor fără a resimți inconștient un sentiment profund de contact pozitiv. Cu alte cuvinte, sentimentul lor de contact pozitiv, existent la nivel conștient, nu este neapărat dublat de un sentiment similar la un nivel mai profund.

să le împărtășească acestora durerile și îngrijorările, dar nu și succesele.[57]

În încheiere, explorarea mijloacelor culturale de conexiune emoțională ar fi incompletă în absența unei discuții cu privire la gestionarea ritualizată a eșecurilor intimității. Acest lucru este relevant mai ales în cazul în care o persoană nu dorește să încheie o relație, ci încearcă să negocieze o condiție pentru ameliorarea acesteia. Gestionarea interpersonală a sentimentului de a fi fost rănit de celălalt în cadrul unei relații emoționale apropiate ia diferite forme pasive și active. Dar cea mai frecvent întâlnită formă a unei încercări de a restabili o stare emoțională intimă are loc prin ritualul de distanțare și comunicare simbolică în care o persoană nu îi mai vorbește celeilalte. Acest mod de reparație, numit *ghahr* și *ashti* în farsi, constituie o parte integrantă din repertoriul fiecărui iranian de gestionare a eșecurilor din cadrul relaționărilor intime. *Ghahr* are loc în cadrul relațiilor afective importante și este comunicat prin coduri nonverbale cu semnificația că o persoană nu are nicio dorință de a vorbi cu cealaltă. Este un ritual de retragere completă din orice interacțiune cu persoana respectivă, care se presupune că a încălcat codul de empatie și respect reciproc față de persoana lezată (Behzadi, 1994). Responsabil pentru acest ritual de dezangajare–reangajare este un nivel accentuat de sensibilitate interpersonală din cadrul culturii iraniene, similar cu ceea ce Roland (1988) numește „sensibilitate de radar" în contextul culturii indiene; aici, rolul terțului este esențial în restabilirea intimității eșuate. *Ghahr* reprezintă un act de comunicare ce se adresează părții vinovate parțial pentru a-i provoca

[57] Un sociolog britanic, Winch (2013), a prezentat o argumentație interesantă, conform căreia „privirea prietenei" joacă un rol mult mai important în construirea standardului de feminitate contemporană decât privirea masculină. Cultura prieteniei între femei constituie cea mai importantă sursă de identitate feminină.

sentimente de vinovăție, rușine, regret, iubire și compasiune, dar și celorlalți, pentru ca aceștia să facă o intervenție de reparare a relației și a determina un proces de reconciliere denumit *ashti*. Așadar, *ghahr* este un ritual cultural de reparație și reconstrucție a intimității care a înregistrat un eșec. Există un poem persan popular care ar putea surprinde spiritul acestui ritual de dezangajare–reangajare:

Rup acest fir dintre noi,
Pentru a fi mai scurt când îl reînnodăm
aducându-ne mai aproape decât înainte de-a se deșira.
(traducerea autorului)[58]

[58] *man reshteh y mohabbate tu pareh meekonam shayad gereh khorad, beto nazdeektar shavam* (Zoghi Ardestani, Poetul)

Capitolul 7

Spațiul personal și intimitatea ca doi mediatori ai relaționării

Suzanne Benser

Bion (1962) și Winnicott (2006) au introdus în psihanaliză conceptele de spațiu tranzițional, conținere, pulsiune de cunoaștere și identificare proiectivă normală. Aceste concepte au permis psihanaliștilor recunoașterea manierei în care realitățile interne și externe se construiesc în cursul dezvoltării și se află la baza reprezentărilor interne ale sinelui și ale celorlalți. Acele reprezentări interne sunt însoțite de „gradienți" (Levy, 2017) ai relaționării între sine și ceilalți, manifești în relațiile interpersonale și în relația analitică. Raportul dintre spațiul personal și relaționarea intimă mediază acei gradienți prin intermediul sentimentului subiectiv al sinelui în relație cu sentimentul celorlalți.

Capitolul de față începe prin redarea perspectivelor psihanalitice asupra spațiului personal, incluzând dezvoltarea capacității de a „păstra secrete" și rolul complementar al spațiului personal al analistului și al reveriei analitice. Urmează prezentarea perspectivelor psihanalitice asupra intimității, cu o incursiune referitoare la tensiunea din cadrul clinic dintre spațiul personal al analistului și dezvăluirile acestuia. În continuare, este inclusă o ilustrare clinică detaliată a unui pacient a cărui oscilație interpersonală între interacțiuni seductive și dezamăgitoare cu

ceilalți s-a revelat în tratament ca reprezentând un compromis între relațiile interne sine–obiect, marcate de o fuziune narcisică, și tendința către un control mai mare al sinelui. Discuția și concluziile conceptualizează utilizarea fundamentală de către analist a spațiului personal și a intimității în lucrul cu pacienți care prezintă dificultăți de dezvoltare psihosexuală.

Perspective teoretice

Spațiul personal

Capacitatea de a deține un spațiu personal (*privacy*) constituie o componentă a putinței de a-și recunoaște sinele ca separat de ceilalți. Această capacitate apare atunci când copiii realizează că știu lucruri despre ei înșiși de care ceilalți nu sunt conștienți și continuă să se dezvolte pe măsură ce copiii învață să păstreze secrete. Greenacre (1960) a semnalat faptul că secretele pot fi utilizate în maniere similare fetișurilor; acestea pot crea o punte deasupra prăpastiei dintre sine și obiect, pot funcționa ca apărări față de angoasa de separare și pot asigura integritatea corporală. Margolis (1966) a descris modul în care păstrarea secretelor se dezvoltă pe mai departe atunci când copiii resimt tensiunea credinței că părinții le pot citi gândurile tulburătoare. Margolis a delimitat aspectele conștiente și inconștiente referitoare la păstrarea secretelor și maniera în care rușinea și vinovăția trăite în cadrul relațiilor de obiect cu privire la sentimentele și fantasmele sexuale pot conduce la menținerea de secrete față de sine însuși și ceilalți. Așadar, secretele pot fi folosite drept pietre de hotar în dezvoltarea gândurilor independente pe drumul înspre dezvoltarea „capacității de a fi singur“ (Winnicott,

1958). Gentile (2013) a scris despre moduri în care „păstrarea de secrete" este facilitată de jocuri precum De-a v-ați ascunselea și Adevăr sau provocare.

Ogden (1991, 1996, 1997) a scris exhaustiv cu privire la nevoia analistului de spațiu personal și la contribuția fundamentală a reveriei analitice pentru procesul analitic. Acesta definește izolarea personală drept o reacție naturală, o „protecție față de tensiunea continuă care constituie o parte ineluctabilă a vieții în cadrul matricei imprevizibile a relațiilor de obiect umane" (1991, p. 385). Cooper (2008) se referă la spațiul personal al analistului drept „un spațiu pentru activitatea autoreflexivă a analistului". În cadrul modelului contemporan al reveriei analitice, aceste perspective asupra spațiului personal analitic au fost îmbinate cu concepția bioniană referitoare la „suspendarea memoriei și a dorinței" (1970) și la „reveria maternă" (1962). Aceste perspective au integrat aspectele reflexive ale spațiului personal și funcția de conținere a reveriei, conducând la recunoașterea aspectelor terapeutice ale terțului analitic.

Intimitatea

Intimitatea are diferite conotații, dar este cel mai adesea utilizată pentru a desemna un „gradient de relaționare", care include o experiență emoțională transcendentă asociată cu dezvăluirea și recunoașterea sinelui propriu. Levy (2017) a descris capacitatea analistului de a trăi intimitatea prin deschiderea față de comunicarea inconștientă și conexiunea cu experiențele corporale. În consonanță cu teoriile lui Bion și Ogden, acesta consideră capacitatea de intimitate a analistului ca depinzând de reziliența relațiilor de obiect ale acestuia: „Intimitatea poate fi definită drept capacitatea de a tolera turbulența care rezultă din prezența obiectului, fără a evita contactul într-o

manieră autistă sau a fuziona omnipotent prin identificări proiective și intruzive" (p. 8). Kantrowitz (2009) scrie despre tensiunea existentă în psihanaliză între spațiul personal și autodezvăluirea analiștilor. Autoarea afirmă că „a existat întotdeauna în psihanaliză o tensiune între spațiul personal și autodezvăluire. Aceasta s-a manifestat diferit de-a lungul timpului, dar preocuparea cu privire la a dezvălui prea mult sau prea puțin există în fiecare reprezentare a spațiului analitic" (p. 790).

Regula fundamentală a asocierii libere a constituit practica standard în tradiția clasică psihanalitică. Cu scopul de împiedicare a analistului de la a-și influența în mod necorespunzător pacientul, acestuia din urmă i se solicita să renunțe la spațiul personal, atribuindu-i analistului sarcina de a dezvălui cât mai puține posibil. Această perspectivă, având la bază conceptualizarea limitată a transferului/contratransferului drept fundamental intrapsihice și lipsite de contribuții interpersonale, este acum considerată ca excluzând aspecte importante ale relației terapeutice cu beneficii la nivel de tratament. În teoriile contemporane, elemente conștiente și inconștiente ce pornesc atât de la pacient, cât și de la analist contribuie la unicitatea relației care îi permite pacientului să dezvolte o mai mare conexiune cu subiectivitatea sa.

Modelul relațional consideră că abstinența analistului este lipsită de autenticitate, de vreme ce aspecte nonverbale sau inconștiente ale contribuției analistului pot fi „citite" de către pacient. Așadar, Cooper (2014) admite imposibilitatea „ascunderii" de către analist a propriei subiectivități; autorul se referă la o asemenea abstinență drept o „iluzie a spațiului personal". Contribuțiile lui Winnicott (1958) dezvoltă natura paradoxală a spațiului personal și a intimității, care se află la baza dificultății de definire a unei poziții analitice „ideale": „Fundamentul putinței de a fi singur este un paradox,

deoarece reprezintă experiența de a fi singur în timp ce altcineva este prezent" (p. 34).

Scriitorii postbionieni se referă la totalitatea interacțiunilor dintre pacient și analist ca desemnând câmpul analitic și consideră scopul terapeutic ca fiind recunoașterea reciprocă.

> *Ipoteza pe care o propunem este că acest câmp (analitic) constituie un instrument conceptual care ne permite să modulăm într-o manieră extrem de fină și sigură distanța dintre pacient și analist și să realizăm și să extindem armonia emoțională — în perspectiva noastră, factorul terapeutic central.*
>
> *(Civitarese & Ferro, 2015, p. 69, s.n.)*

Elaborarea conceptelor legate de capacitatea analistului de intimitate și de spațiu personal a pus bazele multora dintre dezvoltările teoriilor psihanalitice. Relația dintre spațiul personal și intimitate, necesară pentru producerea reveriei analitice, se poziționează în prim-plan atunci când dorința sexuală este manifestă. Așa cum descrie și Davies (2013) în cadrul continuării de mai târziu a lucrării sale de-acum clasice asupra contratransferului erotic, „Love in the Afternoon" („Iubirea după-amiază"): „Știm din propriile experiențe personale că a vorbi despre sex poate fi la fel de excitant sau chiar mai excitant decât a face sex" (p. 171).

Conceptualizarea lui Fonagy (2008) cu privire la excitația sexuală, văzută ca o experiență care ne pune la îndoială sentimentul subiectiv de conținere de sine, explică modul în care materialul sexualizat al pacientului poate deveni o povară pentru analist atunci când „ocolește planul conștient" și se prezintă sub forma unei excitații corporale indezirabile:

> *Mereu va fi o povară forțată [...] dacă nu găsim pe cineva cu care s-o împărtășim. Ceea ce Freud (1905) numea o stare lipsită*

de obiect, iar Laplanche (1995) și Stein (2019) denumeau „enigmaticul celălalt", noi descriem în termenii unei părți străine sinelui, internalizată de părțile înstrăinante ale mamei-obiect oglinditoare. [...] Acest fapt conduce la dimensiunile paradoxale și oscilante ale rușinii și excitației în sexualitatea normală. Rușinea asociată cu respingerea din partea părintelui oedipian, alternând cu experiențele erotice enigmatice neconținute alimentează fantasmele sexuale ale acelui adult și alegerea partenerilor de cuplu. Experiențele curente care activează trăirile erotice neconținute ocolesc uneori planul conștient și „împovărează" sinele cu o excitație corporală indezirabilă.

(p. 23)

Așadar, sentimentele sexuale în relația analitică poartă asupra lor oscilațiile excitației și rușinii asociate dezvoltării oedipiene obișnuite și pot fi utilizate ca ajutor pentru mentalizarea aspectelor neconținute sau străine ale psihosexualității. În cazul pacienților ale căror experiențe intersubiective nu le-au permis să „împărtășească" povara impusă a sexualității în fantasme și în iubire, prea multul sexualității este resimțit ca reprezentând o amenințare față de atașament și trebuie să fie clivat și proiectat. Atunci când acest prea mult este proiectat asupra analistului, poate deveni o comunicare inconștientă care prezintă o povară în plus pentru analist, printr-o excitație corporală indezirabilă.

O ilustrare clinică detaliată

Domnul A. era student, avea în jur de 25 de ani și, atunci când a intrat la mine în terapie, tocmai începuse un program postuniversitar în studiul afacerilor. Pe când era copil, se luptase cu anxietatea, insomnia cronică și migrenele, toate acestea reducându-se oarecum în timpul

facultății și revenind acum mai puternic ca niciodată. Avea și simptome fizice adiționale, incluzând dureri de gât și ale articulațiilor temporomandibulare, precum și un istoric care includea o fractură de coloană în clasa întâi, într-un accident grav de bicicletă, care fusese urmat de doi ani de convalescență. Avea atitudinea unui om plictisit de viață, care se contrazicea cu autodescrierea ca anxios și ipohondru. De asemenea, plângerile cu care s-a prezentat mi s-au părut incongruente cu dezvăluirea faptului că era destul de atletic și participase la o varietate de sporturi individuale încă din copilărie.

Mi-a vorbit despre o foarte mare apropiere de mama sa, spunând: „Este fantastică, semănăm mult și suntem sinceri unul cu celălalt". De-a lungul primului an de tratament, îi cerea opinia cu privire la lucruri care îl surprindeau și îi urma sugestiile fără să se îndoiască, relatând aceste evenimente doar retrospectiv. Avea multe iubite prin toată țara și vorbea deschis cu mama sa despre toate acele relații, aparent neavând secrete față de ea. Una dintre iubitele cu care avea „o relație cu întreruperi" locuia în orașul său natal din apropiere și era „prietenă bună" cu mama sa. Atât el, cât și iubita lui îi împărtășeau mamei detalii cu privire la relația lor sexuală.

Reacția mea internă era una de îngrijorare cu privire la lipsa de spațiu personal față de mama sa. Spunea că aceasta îl putea „citi ca pe o carte", dar că alții îl considerau complicat. Mă întrebam dacă aparenta fuziune narcisică cu mama sa fusese una de durată și în ce măsură îl împiedicase să-și gândească propriile gânduri și să-și dezvolte un sentiment definit cu privire la sine și ceilalți.

O altă problemă cu care se prezentase era că „era sătul să mai fie supărat pe tatăl său". Dl A. își descria tatăl ca absent și alcoolic, fiind profund dezamăgit când descoperise că tatăl avusese o relație extraconjugală de lungă durată cu o persoană din cercul familial. În urma

„descoperirii", părinții se separaseră timp de nouă luni, iar dl A. își exprimase dorința ca mama lui să divorțeze. Aspectul cel mai dureros era cel al descrierii propriei năzuințe de a primi recunoaștere din partea tatălui. Povestea cum „îl implora pe tatăl lui să se joace de-a prinselea cu el" când era mic și cum renunțase la a mai încerca să se apropie de acesta atunci când a aflat de legătura extramaritală.

Am început lucrul împreună cu trei ședințe pe săptămână, iar, după câteva săptămâni, s-a mutat pe divan. Dl A. a adus frecvent vise încă de la începutul travaliului de trei ani. Încă din copilărie, avusese vise recurente care implicau accidente de mașină, în care de obicei tatăl său derapa căzând într-o prăpastie, în timp ce dl A. observa, împietrit de șoc. Avea un vis recurent similar în care el era la volan, mama sa fiind pe locul pasagerului, și, de asemenea, mașina cădea de pe o creastă. O altă temă recurentă era că se afla într-o luptă, adesea implicând arme de foc, în toate acestea nereușind să se apere.

Travaliul nostru a început cu explorarea experiențelor de pericol și de șoc din visele sale. Situațiile de cădere de pe creastă evocau, fără îndoială, trauma accidentului care îl lăsase imobilizat la pat, acasă, timp de aproape doi ani, cu coloana ruptă. Am început să percep frica de moarte amestecată cu dorința pe care o trăise pe parcursul acelei perioade de izolare într-un spațiu restrâns cu mama și surorile sale. Șocul de a-l vedea pe tatăl său „căzând în prăpastie" părea să exprime teama-dorința presupusă de sentimentele sale ambivalente, periculoase: își dorea mai multă apropiere, dar își și ura tatăl pentru absența lui, în același timp dorind-o pe mamă pentru el însuși. Mă întrebam dacă visul de cădere de pe creastă cu mama sa reprezenta o revizuire impregnată de dorință a accidentului său, în care nu era singur, așa cum fusese în cadrul accidentului propriu-zis, și în care nu voia să se separe de mamă nici măcar dacă ar fi pierit împreună.

Alte exemple de cădere se regăseau în amintiri timpurii, în care faptul că sora sa mai mare îl scăpase în cap se amestecase cu o amintire în care el o trăsese pe sora mai mică de pe televizor, pe când aceasta era bebeluș, împiedicând-o să cadă. Am înțeles în timp că se simțise extrem de singur în copilărie, în ciuda sentimentelor sale conștiente curente de apropiere de mama sa și de unele dintre surori. Avea cinci surori și un frate și, uneori, se simțise ca un străin față de grupul foarte strâns al surorilor și mamei. Mă întrebam dacă nașterea surorii sale, cu doi ani mai mică, îi crease sentimente de abandon, nesiguranță și absență a reglării afective. Tatăl său nu doar că îi refuzase cererile de recunoaștere, ci îl și favorizase pe unicul său frate, cu trei ani mai mic, pe care pacientul îl disprețuia.

Autoreprezentările paradoxale ale dlui A., ca atletic și ipohondru, deschiseseră drumul pentru a se prezenta frecvent ca „tupeist" și încrezător în sine, ceea ce era în acord cu obiceiul său de a purta haine mulate, care îi dezvăluiau corpul tonifiat. Văzându-se ca un veșnic burlac, era în mod evident încrezător în capacitatea sa de a atrage sexual bărbați și femei, dar nu reușise să dețină un sentiment susținut de siguranță, conexiune sau satisfacție în relațiile sexuale. Suspectam că visele cu lupte și arme de foc se refereau la un sentiment intern de pericol cu privire la sexualitate, natura acestui pericol nerevelându-se încă în acest punct al tratamentului.

Am început să explorăm istoricul său de promiscuitate, care începuse de la o vârstă fragedă. Făcuse adesea sex în timpul liceului în casa părintească, descriind experiențele pe un ton plat, gol. Am conchis împreună că nu fusese conștient de vreo teamă sau de emoții de a nu fi descoperit. De atunci, avusese relații cu câteva iubite cu care repetase cicluri de dorințe puternice, dezamăgiri și despărțiri, în același timp angajându-se în raporturi sexuale cu parteneri aproape anonime. Făcuse sex cu câțiva bărbați, unii

prieteni, alții anonimi, iar aceste experiențe îi păruseră chiar mai nesatisfăcătoare. Se rușina profund atunci când prietenii îl vedeau cu „femei anonime" și simțea rușinea de a fi cunoscut drept „crai".

Domnul A. părea să aibă o capacitate limitată de a susține și a procesa excesele de dorință prin intermediul unor acțiuni mentale și fizice. Îi consideram activitatea sexuală compulsivă ca reprezentând încercări disociate de a evacua suprastimularea, rușinea și invidia pe care le trăise în cadrul amestecului de neglijare emoțională și suprastimulare care îi caracterizase relațiile de obiect timpurii. Mă întrebam dacă nu cumva dorințele îndreptate către tatăl său conduseseră la o identificare cu acesta ca afemeiat, însoțită de proiecția invidiei față de frații săi și față de amanta tatălui asupra iubitelor sale trădate. Elementele de nesiguranță cu privire la sinele său fizic erau cel mai probabil legate de aceste dificultăți de atașament și amplificate de accident. Într-o posibilă condensare a penisului său și a spatelui rupt, este posibil să-și fi căutat reasigurarea integrității corporale prin intermediul activității sexuale. Am creat ipoteza că lipsa de integrare a sentimentelor corporale cu experiențele sale de relații de obiect și cu utilizarea obiectelor pentru evacuarea trăirilor presante l-au lăsat oscilând între dorința arzătoare de o conexiune semnificativă și sentimentele de vid interior și anxietate.

Capacitatea din ce în ce mai mare a dlui A. de a verbaliza un spectru larg de stări subiective de rușine și frică, incluzându-le pe cele asociate cu sexualitatea sa, m-au condus la a crede că reușeam să am un impact asupra lui. Recunoașterea din partea mea și faptul că îi dezvăluiam legăturile dintre afectele sale și experiențele sale relaționale păreau să rezoneze cu autorecunoașterea sa, care începea să înflorească. Visele sale au trecut de la căderea de pe vârfuri muntoase la munți care ar putea erupe,

iar în visele cu lupte putea acum să se apere cu arme „de cauciuc". Era ușurat de faptul că avea un mai mare sentiment de control în vise și resimțea o scădere a anxietății în timpul zilei. Un alt semn că dl A. dezvolta o din ce în ce mai mare conștientizare a stării sale interne era recunoașterea faptului că sentimentele de rușine asociate activității sale sexuale compulsive contribuiau la oscilațiile de la aroganță la vid interior din experiențele sale. Era de părere că ar putea fi capabil să „oprească ciclul" dacă „s-ar îndrăgosti nebunește".

O modificare față de descrierile generice anterioare pe care dl A. le făcea iubitelor sale a avut loc atunci când a făcut o aluzie la lipsa de încredere pe care i-o inspirau câteva dintre iubite, pe care le-a descris acum ca „părând drăguțe, dar întorcându-se împotriva" sa. Relatându-mi o conversație în cadrul căreia discutase despre acest lucru cu mama sa, a descris-o pe aceasta pentru prima oară ca având defecte. Mi-a spus că mama sa nu-i sprijinea alegerile în materie de femei și își dorea ca el „să aleagă o persoană mai adultă, mai asemănătoare cu ea". În ședința din ziua următoare, mi-a povestit despre o profesoară mai în vârstă care îi preda un curs, care, își putea da seama, „voia să fie regulată". Pe un ton insinuant, mieros, mi-a spus că „îi plăceau femeile mai în vârstă" și ele „îl plăceau pe el", încă de când era în clasa a cincea. Am devenit pentru prima oară pe deplin conștientă de evacuarea sentimentelor sale de „prea mult" asupra mea, în momentul în care am devenit simultan excitată și rușinată — am devenit femeia mai în vârstă ale cărei secrete le știa.

Sentimentul sexual indezirabil a fost o intruziune în spațiul meu personal analitic și a fost însoțit de conștientizarea faptului că reprimasem până atunci un curent subteran erotic/rușinos aflat în creștere. Dl A. condensase diferența generațională dintre noi, transformând profesoara/analista/mama în persoana aflată în nevoie. Nu

avusesem capacitatea „de a tolera turbulența care rezultă din prezența obiectului“ (Levy, 2017) fără să proiectez amestecul de „prea mult“ (Benjamin, 2015) și de rușine înapoi asupra lui dintr-o poziție de judecată, în care fie eu, fie el am fi putut fi acuzați de seducție — în care fiecare putea juca pe rând rolurile „celui ce inițiază acțiunea ori ale celui ce o suportă“ (Benjamin, 2004). Acest lucru m-a condus la a întreba dacă părinții săi știuseră că el avusese experiențe sexuale cu femei mai în vârstă, realizând că de fapt căutam pe cineva care să conțină experiența noastră, precum și realizarea mea preconștientă că „femeile mai în vârstă care îl plăcuseră încă din clasa a cincea“ fuseseră probabil profesoare care făcuseră transgresiuni sexuale în ce-l privea. Înainte de a încerca să discut în mod direct experiența transferențială/contratransferențială cu dl A., trebuia să-mi restabilesc capacitatea de autoreflecție. De-a lungul următoarelor câteva luni, i-am solicitat consultații unui coleg pentru a primi un sprijin în plus în procesarea internă a materialului pacientului. În timpul acestei perioade, visele dlui A. au continuat pe tematica înălțimilor, dar au trecut de la munți care ar putea erupe la clădiri înalte care chiar explodau, incluzând aici și clădirea de birouri în care era cabinetul meu. Am realizat că își proiectase narcisismul falic asupra mea și că, deocamdată, câmpul nostru analitic nu putea să-i conțină sexualitatea explozivă, rușinea, furia și invidia.

Pe parcursul celui de-al doilea an de tratament, am renegociat relația dintre spațiul personal și intimitatea dintre noi și am ajuns la o distanță mai bună și mai sigură de la care să ne continuăm travaliul. El a continuat ciclul de *acting out*-uri sexuale, urmate de perioade de vid interior și dezolare. Vorbea despre faptul că știa că putea „să intre sub pielea oamenilor“ și „să manipuleze femeile“, în vreme ce „femeile apăreau ca furnicile“, chiar dacă el „încerca să se elibereze de vechile tipare“. Experiențele

mele de contratransfer indicau probabilitatea ca mama sa să-și fi proiectat sentimentele sexuale omnipotente și de rușine asupra lui, la fel cum o făcuse el în privința mea și poate cum o făcuse și cu profesoarele care îi transgresaseră limitele. Mi-am menținut tăcerea pe parcursul derulării celei mai mari părți a materialului, simțind că acel curent subteran de seducție dintre noi se retrăgea încet-încet.

Dl A. a început să lipsească ocazional de la ședințe și, vorbind despre acele absențe, a început să-mi povestească despre dificultățile sale cu privire la timp. Simțea că timpul îi curgea printre degete și că era „același" de când avea paisprezece ani. Mă întrebam dacă aceasta era o retrăire traumatică a convalescenței sale, alături de o manifestare a dificultăților lui de a se angaja mai complet în realitatea externă a relației noastre (Bach, 2006). Părea de asemenea că adusese la suprafață goliciunea pe care o resimțea în urma activității sale sexuale compulsive, proiectând acum asupra mea mai degrabă experiența de neglijare decât suprastimularea și rușinea anterioare.

În această perioadă, dl A. a făcut, într-o ședință, un comentariu necaracteristic. Se întreba dacă îmi aminteam încheierea unei ședințe anterioare. În timp ce îi relatam ce-mi aminteam din ședința respectivă și discutam despre posibila semnificație a acelei experiențe pentru el, am conștientizat faptul că își atribuia sieși ceva ce spusesem eu. În cadrul acelei interacțiuni, am recunoscut încercarea sa de a menține în minte ambele noastre subiectivități, faptul că eu îmi aminteam ceva ce el nu-și amintea, dar și invitația sa la o fuziune narcisică în care să preia ceva din mintea mea. M-am întrebat dacă începea să devină mai capabil să tolereze „turbulența alterității mele" și apoi am încercat să-l fac să conștientizeze faptul că preluase vorbele mele.

Am reușit să facem legături între sentimentul său că femeile „pot părea drăguțe, dar se întorc împotriva ta" și

sentimentul că mama sa îl folosise ca substitut pentru tatăl absent, la fel ca și femeile mai în vârstă care „se întorseseră împotriva sa" și îl folosiseră în mod sexual la o vârstă fragedă. Am înțeles mai în profunzime rușinea pe care o resimțea atunci când prietenii îl vedeau cu o altă cucerire de scurtă durată; el simțea că acest lucru dezvăluia „secretul" de a fi fost folosit de către mama sa și alte femei mai în vârstă. A reușit să mențină restructurarea (Colarusso, 2009) acelei realități în care femeile anonime erau nerușinate, „apăreau ca furnicile" și „voiau să fie regulate", dar nu putea să mențină acea apărare dezadaptativă atunci când se afla într-o poziție triadică, alături de prietenii săi. Se vedea prin ochii acestora, cel care se făcea de rușine făcând sex cu orice persoană, care era la fel de goală intern. Mă întrebam dacă atunci când își vedea propria trădare cu privire la iubitele sale prin ochii prietenilor nu-i veneau în minte și sentimentele clivate de invidie și sentimentul de trădare din partea tatălui.

Dl A. a avut un vis cu o navă spațială în zbor, în care locuia cu familia sa, o soție și un fiu. Urmau să „cucerească lumea", au aterizat lângă casa copilăriei sale și „au ars dracului totul din temelii". Am discutat despre cum, în clasa a treia, mama sa îi ținuse „discursul despre băieței și fetițe și despre cum se fac copiii", precum și despre cât de deziluzionat s-a simțit prima oară când a avut un contact sexual: „A fost așa de simplu, și se presupunea că e ceva special". L-a bucurat faptul că a putut redobândi credința puternică că „ar putea fi special" odată cu visul de a fi creat o familie.

Aproape de sfârșitul celui de-a doilea an de tratament, dl A. a lipsit de la câteva ședințe în urma unei vizite în orașul natal. A avut o atitudine foarte apologetică referitor la ședințele absentate și mi-a spus: „Urăsc ca alții să fie iresponsabili față de mine, apoi o fac eu față de ei". Mi-a povestit că se simțise foarte demoralizat de nerecunoașterea din

partea tatălui în timpul vizitei și că era furios că totul trebuia „întotdeauna să urmeze condițiile tatălui său". De-a lungul travaliului nostru, făcuse referiri destul de frecvente la literatură, menționând că citise foarte mult pe perioada lungii sale convalescențe. În timpul ședinței în care se scuza pentru absențe, a spus: „Mă simt precum Colin, băiețelul din *Grădina secretă* (Burnet, 1911/2017), cel în scaunul cu rotile din grădină".

Grădina secretă spune povestea unor adolescenți în apropierea atingerii maturității. Mary, o fetiță neglijată, dar răsfățată, parcurge o transformare provocată de descoperirea miracolului vieții și a relațiilor. Începutul transformării ei este asociat cu prima ei prietenie adevărată, cu un băiat pe nume Dickon, care are o legătură profundă cu animalele și cu toate lucrurile vii, iar cei doi descoperă o grădină magică, pe care o țin secretă. Mary simte apoi pentru prima oară compasiune, față de un alt personaj neglijat, dar răsfățat, Colin, care are o problemă psihosomatică a spatelui și se folosește de un scaun cu rotile. Tatăl lui Colin l-a respins, pentru că îi amintea de mama acestuia din urmă, care murise într-un accident tragic pe vremea când Colin era foarte mic. Îl „răsfață" pe Colin în maniere care urmează întotdeauna „condițiile lui", oferindu-i numai lucruri care îi perpetuează boala și dependența. Mary îi dezvăluie lui Colin existența grădinii lor secrete și face repetate încercări de a-l convinge pe Colin că grădina îl va vindeca. Afecțiunile sale fizice sunt într-adevăr vindecate în grădină, iar cei trei împărtășesc în cele din urmă experiențe magice și transformatoare care îi conectează profund cu spiritul de viață din ei înșiși și din grădină. I-am semnalat dlui A. că, asemenea lui Mary, eu îl priveam ca pe un tânăr potențial sănătos, al cărui tată nu i-a putut arăta iubire și nu l-a putut valida din cauza propriilor sale dificultăți.

Câteva luni mai târziu, cu ocazia unei alte vizite în orașul său natal, dl A. a avut o conversație cu tatăl său, în

cadrul căreia a simțit că s-a deschis pentru prima oară față de el. A conștientizat faptul că resentimentele față de tatăl său îl împiedicaseră să admită și să-și exprime admirația ascunsă față de acesta. I-a spus tatălui că îl considera „un om bun" și a observat că acum se simțea ușurat și, de asemenea, mai puțin furios față de fratele său.

În timpul unei ședințe în care părea extrem de gol intern, mi-a relatat o „glumă" pe care o făcuse spunându-i iubitei sale că e o curvă, apoi a menționat ironia pe care o vedea în gluma respectivă, dat fiind faptul că el era „mama tuturor indiscrețiilor sexuale". Părea că punea acum în scenă o fantasmă mai elaborată care părea să vină în continuarea conținerii sexualității sale degradate. Reprezentarea iubitei „curve" era mai diferențiată în comparație cu reprezentarea referitoare la analistă/mamă/profesoară, iar el avea capacitatea să oscileze între reprezentările de sine și de obiect. Numindu-se pe sine însuși „mama tuturor indiscrețiilor", își asuma o poziție parentală; el era „mama", care era indiscretă, dar capabilă să utilizeze discreția/reglarea afectivă, în contrast cu curva făcută de rușine în mod deschis, expusă și nereglată afectiv. Așadar, nu putea încă să renunțe întru totul la fuziunea narcisică omnipotentă, pentru a regla rușinea pe care o asocia cu faptul de a fi stimulat excesiv.

Aproximativ în această perioadă, a avut loc o altă modificare, odată cu momentul în care mi-a relatat pentru prima oară că mama sa se înfuriase pe el, spunând că mama lui „s-a «ofuscat» că n-am venit acasă la o cină de familie importantă". A continuat prin a vorbi despre conștientizarea faptului că își putea răni părinții prin a se muta departe. Aceasta a fost prima dată când și-a recunoscut mama ca fiind afectată de el, drept o persoană separată. Dezvoltarea capacității sale de a-i recunoaște pe ceilalți și de a empatiza cu aceștia ca obiecte pe care se putea înfuria și pe care le putea înfuria a fost vestitorul începutului remisiei

anxietății și vidului său intern. Ciclurile s-au remis pe parcursul ultimului an de tratament; părea mai viu și nu mai simțea că timpul „îi curge printre degete".

A început să vorbească despre mutarea sa din zonă după absolvire și a încheiat tratamentul după ce a hotărât să se mute destul de departe pentru o poziție profesională promițătoare. Voia să „se includă în ceva mai mare" și era „curios să vadă cum [îi] va fi pe cont propriu". Mi-a spus că nu reușise niciodată să fie „el însuși, cel autentic" cu dr. M. — psihiatrul său anterior, care era și terapeutul de cuplu al părinților săi —, dar că reușise cu mine. „O să fiu OK pe cont propriu și o să am ocazia să văd cât de mult a făcut tratamentul." Și eu știam că va fi OK pe cont propriu; era acum capabil să mă lase în urmă ca o persoană separată, mult mai în vârstă decât el, pentru a se îndrepta spre o lume a celor la fel de tineri ca el, cu care putea să trăiască vivacitatea propriei lor grădini secrete.

Discuție

Domnul A. găsise un mod de a-și utiliza dorințele sexuale puternice pentru a-i atrage pe ceilalți, dar nu avusese capacitatea de a merge mai departe în satisfacerea dorințelor arzătoare prin intermediul unor relații sexuale mature. Nu avea nicio metodă de „utilizare" a relațiilor cu părinții săi, pentru a-și regla sentimentele sexuale și afectele asociate acestora și să se ridice la nivelul cerințelor sexualului (Benjamin, 2015). Încă de la primele sale contacte sexuale din liceu, acestea erau disociate de conținutul semnificativ din punct de vedere psihic, adică de fantasmele „secrete", iar tiparul de femei care cădeau pradă seducției sale îi provoca sentimente de vid interior, dezamăgire și rușine.

Urmașii timpurii ai lui Freud au elaborat conceptul de narcisism falic (Reich, 1933), drept fixația la stadiul falic al dezvoltării psihosexuale și incapacitatea asociată de a progresa înspre iubirea obiectuală. De atunci, Davies, Benjamin, Stein, Fonagy și alții au înglobat în teoriile freudiene ale dezvoltării psihosexuale și narcisismului perspective intersubiective și ale relațiilor de obiect mai elaborate. Aceștia consideră că eșecurile de dezvoltare cu privire la recunoașterea intersubiectivă și reglarea afectivă împovărează sarcina dezvoltațională de control al excesivului sau al aspectelor „de sine străin" din cadrul dezvoltării sexuale. Spre exemplu, Benjamin (2015) afirmă: „Incapacitatea de a tolera alteritatea sexualului și nivelul de excitație inevitabil ridicat al acestuia se manifestă ca frică de «prea mult» atât în cadrul relațiilor intime, cât și al transferului" (p. 42).

Problemele de atașament timpuriu și dificultățile conexe în dezvoltarea sinelui și a obiectelor sunt astfel încorporate în dezvoltarea psihosexualității și se manifestă ca frică de a fi copleșit de toate formele de intimitate, incluzând experiența sexuală. Dl A. nu avusese capacitatea de a-și mentaliza propriile reacții erotice la mesajele enigmatice ale mamei sale, pentru că dificultățile din cadrul diadei împiedicaseră existența unor gânduri și sentimente separate. O altă dificultate majoră în dezvoltarea sa timpurie fusese lipsa unei prezențe paterne mai implicate cu care să fi putut să stabilească granițe sigure între sentimentul său internalizat de sine și celălalt. Fusese profund tulburat de aflarea faptului că tatăl său avusese o lungă relație extraconjugală, ceea ce i-a diminuat și mai mult capacitatea de a se îndrepta către tatăl său fără să pericliteze atașamentul său nesigur față de mamă.

Un sentiment coeziv de control asupra propriei persoane poate eșua în a se dezvolta sau poate fi strivit în multe maniere, spre exemplu, printr-o traumă sexuală. [...] Dar sentimentul de

control mai poate fi și distorsionat, sufocat și distrus pe o cale mai insidioasă, prin eșecul părinților de a fi capabili să-l vadă și să-l recunoască pe copil ca individ de sine stătător, separat de schema mentală proprie a părinților cu privire la cine este sau cine ar trebui să fie copilul.

(Slavin, 2010, p. 13)

Așadar, percepția lui A. cu privire la sine și la celălalt nu era bine stabilită, făcându-l incapabil de a utiliza proiecția cu reintroiecție pentru a trăi pierderea granițelor în timpul sexului, care ar fi permis satisfacerea dorințelor sale sexuale și de atașament (Fonagy, 2008). Evacuarea în ceilalți a fantasmelor și dorințelor excesive nereglate afectiv îi lăsa sentimentul de a fi fals și inadecvat ca bărbat. La începutul tratamentului, descria cum se simțea „pe pilot automat", iar eu am înțeles în timp că incapacitatea de a simți reciprocitate în relații îl lăsa cu sentimente de vid interior și lipsă de viață. De asemenea, aceste dificultăți îl împiedicau pe dl A. să mă resimtă pe mine ca o persoană separată, ceea ce a condus la trăirea relației noastre drept „contractuală" până târziu în tratament. Procesând fracturarea reveriei mele analitice, am ajuns să înțeleg că supraestimasem nivelul nostru de implicare afectivă din cauza unor pete oarbe suprapuse în cadrul câmpului analitic și deoarece confundasem faptul de a „avea parte de înțelegere" cu experiența transformatoare de a fi înțeles (Joseph, 1989).

Prezența enigmatică a mamei dlui A. îmi activase propriile fantasme omnipotente erotizate inconștiente. El descria o foarte mare apropiere de mama sa, dar prezența acesteia era iluzorie; nu o descrisese într-o manieră care să o aducă la viață în travaliul nostru. „Umplusem spațiul" în absența unei reprezentări materne mai complet formate, percepând-o drept o mamă care se poate să-și fi permis o plăcere competitivă, indirectă, știind că fiul ei nu fusese

„fericit în dragoste“ de mulți ani. În ciuda fuziunii continuate a dlui A. cu mama sa, în acel punct de cotitură al tratamentului, părea că nu-i împărtășise detalii cu privire la travaliul nostru, iar acest lucru se poate să fi alimentat identificarea și competiția mea cu ea, de vreme ce preluasem o poziție paralelă de ascultare a amestecului provocator de dorințe erotizate și dezamăgiri în dragoste.

În ședința anterioară momentului de fracturare, dl A. mi-a dezvăluit că era furios pe mama sa pentru criticile aduse alegerilor sale în materie de iubite și pentru a nu fi ales o persoană „mai asemănătoare ei“. Din nou „am umplut spațiul“ din această interacțiune dintre noi, crezând că era vorba despre faptul că pacientul recunoștea, în mod independent, motivațiile narcisice erotizate ale mamei sale din spatele criticilor aduse iubitelor. Acest lucru m-a făcut să simt că reușisem să „i-l fur“ acesteia și să repar omnipotent stricăciunile pe care le percepeam ca provocate de fuziunea lor narcisică. Am început să cred că eram complici în a menține aceste curente subterane (aducătoare de plăcere, dar și de rușine) sub forma unor „pete oarbe“ disociate în câmpul analitic, care, foarte probabil, constituiau o repetiție a sexualității enigmatice și nereglate afectiv a mamei sale. Poate că evoluția acestor pete oarbe dintre noi era o replicare a petelor oarbe ale părinților în timpul relației extramaritale a soțului, momentul de fracturare din următoarea ședință oglindind poate „descoperirea“ acelei relații existente de mai mult de douăzeci de ani, alături de impactul asupra familiei.

„Cuvintele murdare“ ale dlui A. erau rostite pe un ton seductiv care exprima, pe lângă semnificația literală a cuvintelor, și experiența fizică pe care o descriau. Tonul său mi-a „invadat“ urechile și a fost însoțit de o excitație sexuală nedorită (Sharpe, 1940). Invadarea spațiului meu personal a modificat radical gradientul de intimitate dintre noi și a condus la prăbușirea capacității mele de a

menține distincția dintre realitatea psihică și realitatea externă. Sentimentele copleșitoare erau greu de îndurat; cu toate acestea, odată ce „am devenit" ceea ce nu putea el mentaliza, am reușit să recunosc trauma transgresivă care îi blocase capacitatea de a procesa fantasme și sentimente sexuale. Brown (2011) aduce o revizuire a teoriilor psihanalitice cu privire la maniera în care are loc transformarea prin identificare proiectivă:

> *La nivelul fantasmelor inconștiente, identificarea analistului cu proiecția creează posibilitatea ca analizandul să-l resimtă pe acesta ca „devenind ceea ce alții cred că este [pacientul]". Această recunoaștere inconștientă din partea pacientului, că analistul a devenit proiecția și că poate tolera experiența, este cea care creează pentru analizand un sentiment de a fi autentic înțeles.*
>
> *(p. 58)*

Odată ce am început să reflectez asupra participării mele la fantasmele inconștiente care fuseseră clivate din câmpul analitic, am dobândit capacitatea de a-i asculta materialul, reușind în același timp să am un acces neîngrădit la reveria mea. Am recunoscut faptul că ceea ce era excesiv în materialul său mă condusese la a fi mai puțin prezentă afectiv și la a „umple spațiul" din zonele de disconfort cu propriile mele experiențe inconștiente. Precum în descrierea lui Akhtar (2013), am început să „refuz să ascult" materialul pe care îl utiliza pacientul în scop de descărcare pulsională și stabilizare narcisică, fără a mă disocia de procesul nostru analitic evolutiv.

Sunt de părere că, având capacitatea de a „deveni" proiecția copleșită și rușinată a sinelui său și de a lega propriile-mi contribuții de fantasma noastră inconștientă, aceasta i-a permis să vorbească mai deschis despre problemele sale cu timpul și despre absențele de la ședințe și

să mă întrebe dacă îmi aminteam încheierea ședinței anterioare. Preluarea cuvintelor mele după ce i-am relatat ce-mi aminteam din respectiva ședință a părut să constituie o repunere în scenă a unui scenariu pervers ce o includea pe mama sa, în care trebuia ca ei doi să-și împărtășească toate gândurile conștiente pentru a-și menține atașamentul în cadrul identificărilor narcisice fuzionale ale amândurora.

> *Pentru a-și menține atașamentul plin de iubire față de părintele abuziv, copilul trebuie să-și disocieze propria realitate și propriile capacități de testare a realității și, pentru a-și susține integritatea propriei minți, trebuie să se lipsească de iubirea după care tânjește atât, renunțare urmată de perioade de dezolare.*
>
> *(Davies, 2013, p. 6)*

Domnul A. a perpetuat scenariul pervers prin continuarea oscilațiilor în menținerea fuziunii cu mama sa (atât interpersonală, cât și intrapsihică), însoțită de clivarea necesară a propriei realități separate (manifestată sub forma activității sexuale compulsive), urmată de cicluri de renunțare la năzuințele sale de iubire pentru a se separa și a-și gândi propriile gânduri (perioadele de dezamăgiri în iubire și sentimentul lipsei de vitalitate). Recunoașterea de către acesta a „alterității" mele a fost adusă în câmpul analitic atunci când m-a întrebat dacă îmi aminteam încheierea ședinței anterioare și, odată ce m-am „supus" cererii sale, și-a continuat ciclul prin dezamăgirea de a nu fi obținut recunoaștere și iubire. Prin creșterea rezultantă a sentimentului său de singurătate și vid interior, a încercat să-și restabilească fuziunea narcisică omnipotentă cu mine prin preluarea cuvintelor mele dintr-un alt schimb care avusese loc în ședința anterioară. Acest lucru m-a pus în fața unor alegeri complementare din cadrul scenariului pervers: fie mă supuneam lui încă o dată — printr-o negare a propriei mele subiectivități/

realități pentru a menține atașamentul nostru (poate prin minimizarea experienței mele de a fi transformată în complice) —, fie riscam „pierderea iubirii sale" prin a insista asupra propriei mele versiuni legate de ce se întâmplase în ședința anterioară. Ceea ce-mi amintesc din acea ședință acum, la momentul scrierii acestei lucrări, este faptul că eram conștientă de aspectele referitoare la ambiguitatea de roluri — „cel ce inițiază acțiunea și cel care o suportă" (Benjamin, 2004) — din interacțiunea noastră pe măsură ce continuam să insist să-l fac să conștientizeze „versiunea" mea cu privire la ședința anterioară, fiind în același timp conștientă de „a treia poziție", anume că nimeni nu putea ști cu totală certitudine cine ce spusese în respectiva ședință. Așa se face că am ajuns să ne expunem amândoi la „incognoscibilul interiorului mamei" (Meltzer, 1971), conflictul estetic fundamental al vieții, ce constă în faptul că, indiferent cât de intimi putem deveni, nu ne putem niciodată cunoaște întru totul unul pe celălalt.

Domnul A. părea să utilizeze câmpul analitic ca pe o „primă posesiune", lucrând la a stabili un „loc de odihnă" (Winnicott, 2006) unde să se poată juca cu iluziile sale. Simțeam că mă „folosea" (Winnicott, 1969) ca pe un obiect care putea să-i accepte și să-i conțină proiecțiile prin a-l lăsa „să-mi intre sub piele" fără a-mi pierde în totalitate granițele sinelui ori a le încălca pe ale sale, așa cum le resimțea el pe femeile anonime care „apăreau ca furnicile" sau pe mama seductivă care își dorea ca el să fie cu „o persoană asemănătoare ei".

> *[...] a treia parte a vieții unei ființe umane, o parte pe care nu putem s-o ignorăm, este reprezentată de aria intermediară a experimentării, la care contribuie atât realitatea interioară, cât și viața externă. Este o arie a cărei existență nu este pusă la îndoială, deoarece nu se reclamă nimic în numele ei, ci doar trebuie să existe ca un loc de odihnă pentru individul angajat în perpetua*

sarcină umană de a păstra realitățile interioară și exterioară separate și totuși interrelaționate.

(Winnicott, 2006, p. 17)

Identificarea narcisică a pacientului cu mama sa și adânca ambivalență față de tată au evoluat înspre o separare mai bine definită între sinele său și reprezentările de obiect, separare care putea fi observată în îndepărtarea de groaza profundă manifestată în visele repetitive cu accidente de mașină și lupte cu arme de foc. Visul cu propria familie într-o navă spațială exprima începutul dezvoltării unei capacități de a-și utiliza visele pentru a face legături între trecutul său și dorințele sale libidinale:

Ne-am putea gândi, în termenii lui Bion (1962), la elemente beta erotice, nemetabolizate și la tipul de travaliu alfa al visului care trebuie să transforme aceste senzații disparate într-un fir narativ mai coerent, unul care să includă dorință, tânjire, flirt, iubire romantică, sexualitate propriu-zisă, triumf, dezamăgire, înfrângere și supraviețuire.

(Davies, 2013, p. 2)

În timpul reflectării dlui A. cu privire la propria-i promiscuitate, cu ocazia relatării „glumei" pe care o făcuse numindu-și o iubită „curvă", referindu-se apoi la el însuși ca fiind „mama tuturor indiscrețiilor", am observat că reprezentarea sa de sine, suprastimulată și clivată, a fost proiectată asupra iubitei, ceea ce însemna o mai bună mentalizare decât evacuarea mai timpurie în reprezentarea analistului/profesoarei mai în vârstă. Cum pacientul avea acum o toleranță crescută la separare și cum existau mai puține pete oarbe în câmpul analitic, intimitatea care a început să se dezvolte între noi era evidentă, iar eu m-am alăturat lui cu empatie, privindu-l ca pe „mama tuturor indiscrețiilor". Am observat proiecția rușinii asupra

femeilor, manifestată prin alegerea termenului de „curvă", dar am resimțit acest lucru în special prin reverie. De această dată, proiecția nu a încălcat granițele sinelui meu, așa cum se întâmplase în cazul proiecției mai timpurii asupra reprezentării femeii mai în vârstă, astfel că acum am putut să rămân disponibilă afectiv. Era încă parțial fuzionat cu reprezentarea sa maternă, ca „mamă" omnipotentă, dar ne-a permis să reflectăm împreună la umilirea iubitei sale prin faptul că o numise „curvă", cauzată de propria experiență de sine plină de rușine, alături de ineficiența („ironia") acelei strategii interpersonale. S-a împotrivit recunoașterii mele/a lui/a noastră a „curvăsăriei" lui. Am resimțit toate acestea ca pe atingerea împreună a unui stadiu de „schimb interpsihic", definit de Bolognini (2016) ca „un proces natural, care poate fi împărtășit, în condiții de înțelegere reciprocă și interacțiune între două ființe umane" (p. 1).

În ultimul an de tratament, am remarcat o evoluție a fantasmelor dlui A. Să ne amintim aici că Fonagy (2008) și alții descriu rolul crucial al fantasmelor bisexuale în reciprocitatea aducătoare de plăcere din dezvoltarea sexuală normală. Devreme în tratament, dl A. a descris fantasme de „omnipotență bisexuală" în care era prezent sentimentul de a fi o femeie în corpul unui bărbat, iar eu am simțit că acea fantasmă se afla la baza „invadării" sale psihice a corpului meu. Această punere în scenă i-a permis dlui A. să simtă excitația „prin" mine fără a-și amenința reprezentarea sinelui fuzionat narcisic cu celălalt. Se poate ca fantasma omnipotentă să fi constituit și o cale de a-și menține psihic mama și tatăl împreună și de a ține la distanță invidia cu privire la surorile sale și la amanta tatălui. Înspre sfârșitul tratamentului, vorbea despre „alegerea de a călca pe urmele mamei" în domeniul său de studiu, văzându-se ca separat, dar încă similar cu mama sa. Dobândise capacitatea de a tolera „alteritatea" mamei și de

a „îndura vinovăția paricidului", văzându-se acum capabil de a-și lăsa părinții în urmă (Loewald, 1979). Ajunsese la a putea elabora doliul provocat de absența tatălui și la a putea renunța la identificarea melancolică cu tatăl său ca afemeiat, ca un „bărbat decăzut" (Butler, 1995). Acum se recunoștea atât pe sine, cât și pe tatăl său ca fiind bărbați imperfecți dar esențialmente buni.

Aceste arii de creștere din ultimul an de tratament s-au reflectat în relația noastră sub forma unei augmentări a capacității dlui A. de a tolera separarea și de a-și conține sentimentele psihosexuale. Îmi împărtășea mult mai puțin despre activitatea sa sexuală, pe măsură ce părea din ce în ce mai capabil să mă „folosească" drept un obiect pe care putea să-l plaseze în afara subiectivității sale separatoare. Am observat amândoi aspectul din ce în ce mai mare de diferențiere al sentimentului său de sine în cadrul viselor sale, pe care le putea acum utiliza drept surse de semnificație care legau trecutul de un viitor dorit. Reprezentările sale de sine și de obiect nu mai erau fuzionate sub forma unei femei în corpul unui bărbat. Părea că dl A. „găsise semnificație în spațiul creat de absența tolerabilă a obiectului" (Civitarese & Ferro, 2015). Năzuința mea în ce-l privea era să-și poată împărtăși din nou acele fantasme bisexuale aducătoare de plăcere cu o femeie asemenea celei pe care o visase fiindu-i alături în nava spațială, găsindu-și împreună locul într-o grădină renăscută din pământul pârjolit din jurul casei părintești.

Concluzii

Experiențele intersubiective insuficiente la nivelul intimității din viața timpurie pot conduce la dificultăți de tolerare a separării și a alterității inerente sexualității. În

lipsa unei conținer adecvate, sentimentele sexuale pot fi resimțite ca amenințări la adresa unui atașament nesigur și pot ajunge a fi „prea mult" de îndurat. Fantasmele și relațiile interpersonale care facilitează mentalizarea experiențelor corporale sexuale din dezvoltarea sexuală normală pot fi utilizate numai în măsura în care acele sentimente sexuale pot fi resimțite fără a fi clivate și disociate.

Acceptarea și procesarea de către analist a „prea multului" clivat și proiectat poate deschide posibilitatea unei conectări și recunoașteri empatice. Prin intermediul unor varii utilizări ale spațiului personal și ale intimității, această conectare și recunoaștere empatică poate conduce la mentalizarea traumelor relaționale, a transgresiunilor sexuale și a rușinii copleșitoare. Experiența intimă de a fi recunoscut ca un individ unic ale cărui experiențe intolerabile sunt acceptate și înțelese de către analist poate apoi susține dezvoltarea controlului de sine și a empatiei.

Sporirea intimității în relația analitică este de asemenea însoțită de sporirea recunoașterii limitelor empatiei. Niciun gradient al intimității sau al recunoașterii reciproce nu poate depăși „incognoscibilul" corpului matern. Acceptarea acestui paradox existențial este mediată și prin diversele experiențe ale spațiului personal și ale intimității, pe măsură ce acestea conduc spre alte puncte de cotitură în călătoria către atingerea unei intimități dublate de o separare sănătoasă.

Capitolul 8

Tehnologia, intimitatea și simularea intimității

Todd Essig, Danielle Magaldi și Leora Trub

Numeroase tehnologii permit existența relațiilor sociale la distanță. În funcție de perspectiva fiecăruia, aceste instrumente fie au separat, fie au eliberat intimitatea de necesitatea prezenței fizice în contexte de toate felurile, de la viața de familie, prietenii, relații sexuale, idile și întâlniri romantice până la psihoterapie și psihanaliză, pedagogie și chiar îngrijirea copiilor și a vârstnicilor. Imperativele evoluționiste pentru atașament, gratificare sexuală și tovărășie, mediate de practicile culturale și de înzestrările neurobiologice (organizate pentru a satisface aceste nevoi), nu mai necesită existența corporală împreună. De la mesajele-text și până la FaceTime, platformele de realitate virtuală (VR) aflându-se la orizont, nu constituie o exagerare să spunem că relațiile digitale, adică simulările mediate tehnologic ale relațiilor tradiționale ce implică o prezență comună fizică, sunt omniprezente.

Relațiile digitale (*screen relations*) se referă în mod specific la ariile interpersonale în care interdependența funcțională a proceselor individuale inconștiente și conștiente este parțial determinată de permisivitățile tehnologiilor utilizate (Brahnam, 2017; de Wit, de Vries, van der

Kamp & Withagen, 2017; Gibson, 1979).[59] Dar cu ce finalitate? De vreme ce știm că aceste consecințe funcționale ale relațiilor digitale nu sunt aceleași cu ale prezenței fizice comune, chiar și când resimțim experiențele ca fiind similare (Chavooshi, Mohammadkhani & Dolatshahee, 2017; Essig, 2015a; Russell, 2015), este important să ne întrebăm ce se câștigă și ce se pierde prin relațiile digitale, i.e. care sunt consecințele medierii experienței intime de către tehnologie. Capitolul de față va încerca să răspundă la această întrebare. Pentru a îndeplini sarcina, în urma unui scurt comentariu introductiv cu privire la semnificația conceptuală a termenului de „intimitate", vom discuta despre trecutul, prezentul și posibilele căi de viitor ale intimității, așa cum este aceasta trăită prin intermediul relațiilor digitale.

„Intimitatea" (*intimacy*) este un termen polisemantic care necesită o serie de specificații. În general, se referă nu numai la calitatea relației, ci și la spațiile personale, private ale persoanei, atât din punct de vedere psihic, cât și fizic (Rothe, 2018). Poate însemna „doar al meu", dar și „doar al nostru". Conceptualizarea noastră include ambele semnificații. Deși fiecare face parte dintr-un domeniu de investigație diferit, amândouă includ în mod implicit și celelalte aspecte. În fapt, psihanaliza contemporană pune

[59] Permisivitatea (*affordance*) constituie un concept circumscris studiului percepției, relevant în înțelegerea utilizării tehnologiei, formulat pentru prima oară de J.J. Gibson (1979), care a afirmat că „permisivitățile mediului se referă la ceea ce îi oferă acesta animalului, ce îi furnizează sau îi pune la dispoziție, fie de bine, fie de rău" (p. 56). Ideea de bază este că ființele umane nu percep lumea integrând informații imateriale care să fie apoi conectate cu o structură reprezentațională preexistentă. În schimb, oamenii percep potențialele de acțiune în cadrul și asupra lumii înconjurătoare. Cu alte cuvinte, integrăm lumea bazându-ne pe oportunitățile de împlinire a dorințelor și de manifestare a intențiilor.

accent asupra faptului că dezvoltarea de tipare interpersonale și experiența privată constituie, fiecare, transformări izomorfice ale celeilalte (Levenson, 1996). Așadar, o semnificație cuprinzătoare va fi de cel mai mare folos în cadrul unei discuții despre ce se câștigă și ce se pierde atunci când tehnologiile mediază experiența intimă împărtășită.

Mai precis, în cadrul unei alocuțiuni plenare la Congresul Anual al Asociației Internaționale de Psihanaliză (IPA), Levy (2017) a descris „o experiență cu adevărat intimă" definindu-se ca aceea în care există „doi subiecți separați, fiecare menținându-și sentimentul de alteritate, fiecare fiind el însuși, dar împărtășind o experiență emoțională prezentă în câmpul analitic" (p. 98). Pentru Levy, apogeul intimității constă în împărtășirea deschisă a întregului spectru de emoții umane, incluzându-le pe cele intolerabile, în relația individului cu el însuși sau cu celălalt mai degrabă decât „evacuarea [acelor experiențe] din minte prin intermediul acțiunii, a identificării proiective defensive sau a halucinațiilor". Astfel, pentru Levy, momentele de intimitate există într-un continuum, în care la un pol se află „izolarea autistă", iar la celălalt „fuziunea narcisică". Autorul ilustrează continuumul astfel: izolare autistă < — > intimitate < — > fuziune narcisică.

Abordarea noastră pornește de la formularea lui Levy, făcând două modificări asociate. În primul rând, mai degrabă decât a limita intimitatea la centrul continuumului, reprezentăm centrul ca reciprocitate și acordaj emoțional, acele momente în care există „o experiență împărtășită de deschidere și receptivitate" (Levenson, 1974). Acest punct de mijloc este ceea ce Ehrenberg (1992) a numit „vârf de intimitate": „Acel punct de contact maxim și recunoscut la orice moment dat al unei relații lipsite de fuziune și de încălcare a separării și caracterizat prin integritatea fiecărui participant" (1992, p. 424). În al doilea

rând, adoptăm o înțelegere mai cuprinzătoare și mai dinamică a intimității, în care aceasta se referă la capacitatea de mișcare a relației de-a lungul întregului continuum. Așadar, o relație intimă este una care conține un spectru larg de nevoi și experiențe emoționale, incluzându-le pe cele asimetrice și pe cele defensive. Cu cât este mai flexibilă mișcarea de-a lungul întregului continuum, cu atât este vorba de mai multă intimitate. Ca ilustrare, să ne folosim de o analogie cu muzica. Muzica poate îngloba atât tăcere și atonalitate, cât și linii melodice și armonii. În mod similar, spectrul și profunzimea experienței necesare pentru ca o relație să fie considerată intimă ar trebui de asemenea să includă posibilități la ambii poli ai continuumului. Intimitatea este mai mult decât o relație de linii melodice și armonii. Astfel, cu cât două sau mai multe persoane se pot mișca mai mult de-a lungul acestui continuum, cu atât este mai intimă relația. Așadar, exemplele de varii experiențe intime pot include situațiile în care o mamă se îngrijește de un bebeluș pierdut în izolare autistă, în care amanții împărtășesc omnipotent momente de fuziune narcisică și în care diadele analitice împărtășesc experiențe regresive sau de ostilitate și furie (Pizer, 2014).

În cele ce urmează, vom descrie schimbări ale intimității provocate de larga acceptare a relațiilor digitale ca metodă de comunicare și conectare între oameni. Cercetând trecutul, prezentul și viitorul relațiilor digitale, ne vom întreba dacă noile forme de intimitate, mediate tehnologic, constituie câștiguri sau pierderi. Explorând câștigul sau pierderea de intimitate, sperăm să contribuim atât la înțelegerea psihanalitică a tehnoculturii ce a început să se dezvolte, cât și la miza mai vastă de a ajuta la construirea inevitabilului viitor tehnologic al relațiilor intime.

În trecut: o foarte scurtă istorie a relațiilor digitale

Istoria referitoare la momentul în care relațiile digitale au fost pentru prima oară introduse în experiența umană arată ce se întâmplă atunci când o tehnologie mediatoare este introdusă într-un câmp interpersonal. Demonstrează că există o capacitate semnificativă de a resimți prezența altor oameni pornind chiar de la informații minime, atâta vreme cât acestea sunt de încredere și simulează temporalitatea interactivă a schimburilor existente în contextul prezenței fizice comune. Astfel de informații au ca rezultat „teleprezența", o iluzie a nemedierii, în cazul căreia experiența de a fi cu cineva este percepută ca și cum ar fi imediată, și nu mediată de vreun fel de tehnologie (Lombard & Jones, 2013). Iar istoria ne arată că teleprezența este determinată mai mult de o puternică nevoie umană de conectare decât de minunile tehnologiei, chiar și în mijlocul surlelor și tobelor care însoțesc astăzi tehnomiracolele. De fapt, așa cum ne amintim din melodia de pe fundalul vechilor reclame AT&T la telefonia interurbană, nu este atât de dificil să utilizăm tehnologia interactivă pentru a *întinde mâna și a atinge pe cineva*.[60]

Ziua debutului acceptării pe scară largă a relațiilor digitale s-ar putea considera a fi 24 mai 1844, deși existaseră câteva decenii anterioare de experimentări și competiții între abordările rivale. Dar, în acea zi, Samuel Morse, înconjurat de demnitari de stat în clădirea Curții

[60] Aluzie la o campanie publicitară a companiei americane de telefonie AT&T (American Telephone & Telegraph Company), desfășurată între 1978 și 1992, care promova convorbirile telefonice interstatale, pe teritoriul SUA, prin intermediul unor spoturi publicitare care includeau sloganul *„Reach out and Touch Someone"* („Întinde mâna și atinge pe cineva"). (*N.t.*)

Supreme din SUA, stătea în fața unui telegraf electronic nou-inventat, pregătindu-se să trimită din Capitol un mesaj prin prima conexiune prin telegraf. A tastat în codul morse fraza profetică: „Ce lucruri mari a făcut Dumnezeu!" Aproape imediat, întocmai ca într-o conversație tradițională, interlocutorul său din Baltimore, MD, i-a răspuns cu același mesaj. Și prin acest exemplu timpuriu de oglindire conversațională, și-a luat zborul fascinația secolului al XIX-lea cu ceea ce a fost numit „Internetul victorian" (Standage, 1998). Pentru prima oară în istoria umanității, oamenii puteau comunica instantaneu de la distanță.

Informațiile au început să circule libere. Dezvoltarea unor aplicații extrem de utile în comerț și politică a fost rapidă, ajutând la transformarea Americii într-o națiune care-și „împlinește destinul" (Howe, 2007). Dar lucrurile nu s-au oprit la comerț și politică. Și relațiile au început să se desfășoare „prin telegraf". Cununii pline de speranță și de bucurie, precum și obligații contractuale se încheiau pe loc prin telegraf. Până în 1879, experiențe intime anterior posibile numai prin prezență comună fizică, dar care aveau loc acum prin intermediul simulărilor de conversație mediate tehnologic pătrunseseră în imaginația publicului cu suficientă forță încât să permită în 1879 publicarea cărții *Wired Love* (*Iubire prin telegraf*), de Ella Cheever Thayer. Acest roman spunea povestea lui Nattie și Clem, doi operatori de telegraf care s-au îndrăgostit trimițându-și puncte și linii, fără a se fi întâlnit vreodată în persoană. Iar când cei doi în final se întâlnesc, în urma unor întorsături de situație melodramatice, Nattie inițial spune: „Când comunicam prin telegraf, erai parcă mai aproape de mine". Epoca intimității simulate era deja pe drum.

Telegraful, în comparație cu scrisorile, avea capacitatea de a reda într-un același ritm temporal ce se întâmpla atunci când oamenii erau apropiați fizic. Operatorii care

aveau experiența acelei configurări interactive au ajuns să poată simți prezența celorlalți, deși se aflau la distanță, ceea ce nu este foarte diferit de ce se întâmplă astăzi pe Skype sau FaceTime. Chiar numai trimiterea și primirea interactivă de coduri morse permitea o experiență de teleprezență, un sentiment de a fi cu cineva, fiind de fapt singur. Începutul celui de-al doilea capitol din *Wired Love* reprezintă un excelent exemplu: „Domnișoara Nattie Rogers, operatoare de telegraf, trăia, cum ar fi, în două lumi. Una era biroul ei, învechit, micuț și îngrămădit, dar de unde putea să-și ia zborul, pe calea acelui subțire fir de telegraf, pe un soi de aripi electrice, ajungând în orașe mari și mici din depărtare". Nattie ne învață că sunt necesare foarte puține informații pentru a genera o experiență de teleprezență, atâta vreme cât aceasta este configurată adecvat. În plus și în mod evident, medierea tehnologică prin telegraf ne mai arată și cum teleprezența limitează bogăția experienței, implică procese relaționale diferite de cele utilizate în persoană și elimină riscurile și consecințele de a fi fizic împreună. Iar ceea ce era valabil pentru telegraful de ieri este astăzi valabil pentru mesajele-text, apelurile audio și video și chiar și platformele de realitate virtuală. Deși acest lucru nu mai e așa de evident în ce privește magicele dispozitive de astăzi, medierea tehnologică întotdeauna limitează spectrul de posibilități intime, în același timp permițând experiența intimă în cadrul acelor limite — altfel aceste intimități nu ar fi deloc posibile.

În prezent: relațiile digitale astăzi (cu aproximație)

Reconfigurarea tehnologică a intimității care a început cu telegraful accelerează, mulți spun, exponențial (Kurzweil, 2001): a durat 50 de ani ca telefonul să ajungă la cincizeci de milioane de utilizatori; 22 de ani pentru televizor; 12 ani pentru telefoanele mobile; și doi ani pentru Twitter. Jocul de geolocație Pokémon Go a atins cincizeci de milioane de utilizatori în 19 zile. O consecință problematică a ritmului de accelerare exponențială a dezvoltării și adoptării tehnologice este că tehnologiile sunt implementate mult mai repede decât ritmul cercetării științifice. În consecință, cercetările disponibile sunt implicit limitate la afirmații cu privire la ce obișnuiau oamenii să facă în trecutul foarte recent și nu la ce fac astăzi, rezultatul fiind povești, bazate pe cercetări, cu privire la utilizarea tehnologiei, frecvent lipsite de nuanțe (Essig, 2013; Neri, 2018). Așadar, pentru a spune ceva util, sunt necesare atât o descriere cât mai apropiată de prezent a ceea ce fac oamenii, precum și o disponibilitate de a generaliza, pornind de la niște experiențe prezente încă de la începuturile revoluției tehnologice.

Cu această precizare în minte, știm că relațiile digitale sunt atât captivante, cât și duplicitare. Acestea vin în întâmpinarea cererii omenești persistente de conectare, în mod simultan urmând dorința opusă de a se proteja prin intermediul izolării sau al fuziunii. Pe partea câștigurilor, indivizii își pot permite multe dintre plăcerile și aspectele de confort ale conexiunii constante și instantanee. Spre exemplu, cei cărora li se permite să își trimită mesaje-text cu persoanele intime pe parcursul intervențiilor chirurgicale cu anestezie locală se dovedesc a apela la semnificativ mai puține analgezice

decât atât cei care nu au acces la telefoane, cât și decât cei care s-ar putea distrage printr-un joc video (Guillory, Hancock, Woodruff & Keilman, 2015). Dar există și pierderi. Relațiile digitale se bucură de magia lor relațională, în lipsa consecințelor și riscurilor obișnuite. Miza este mai mică. Aceste relații permit experiența de a fi singuri împreună, așa cum afirmă Turkle (2011, 2015). În plus, așa cum vedem frecvent în cadrul practicii clinice, relațiile digitale le creează adesea indivizilor un sentiment de vagă insatisfacție, astfel încât, atunci când se încheie comunicarea digitală, rămâne în urmă o dorință negratificată de mai mult. Nu ne surprinde, deci, că relațiile digitale deschid calea pentru alte relații digitale, un fapt exploatat în general de social-media și de companiile de tehnologie (Alter, 2017) și semnalat de raportarea senzaționalului din media (de ex., Twenge, 2017a). In extremis, disponibilitatea constantă a experiențelor interactive, care le susțin oamenilor dorința de mai mult și mai mult, conduce la o suprautilizare problematică, pe care cei care suferă de pe urma acesteia o descriu ca „dependență", exprimând maniera în care relațiile digitale le provoacă în cele din urmă suferința compulsiv/impulsivă, autodistructivă și izolatoare a unui dependent de substanțe (Essig, 2012b).

Familia și relațiile de prietenie

Chiar și în privința prieteniilor și familiilor, gestionarea nevoilor de apropiere și intimitate presupune o capacitate de a tolera singurătatea, de a atinge autonomia și de a împărtăși sentimente complicate. Dispozitivele oferă alternative tentante. Acestea permit experiențe de conectare cu prietenii și familia, oarecum în absența necesității de confruntare cu sentimentele mai complicate care apar

în relațiile apropiate. Aceste conexiuni mediate tehnologic atenuează intimitatea, făcând ca izolarea să apară drept reciprocitate și acordaj. Turkle (2004) afirmă că, „dacă un individ se teme de intimitate, dar se teme și de a fi singur, un computer oferă o aparentă soluție: iluzia tovărășiei, lipsită de cerințele prieteniei. În oglinda dispozitivului, individul poate fi un singuratic, fără a fi de fapt niciodată singur" (p. 21).

Impactul tehnologiei asupra familiilor este enorm, dar complex, îndepărtând și creând simultan obstacole relaționale. Natura constantă și instantanee a contactului prin smartphone-uri pune la dispoziție plăcerile conexiunilor de durată, în același timp estompând granițele dintre oameni, lăsând mai puțin spațiu pentru independență. Majoritatea adulților și copiilor își verifică telefoanele în mod repetitiv, simțindu-se obligați să răspundă imediat la mesajele-text adresate în privat (Common Sense Media, 2016). Prietenii și partenerii romantici își scriu unii altora pe „chat" pe tot parcursul zilei (Ohadi, Brown, Trub & Rosenthal, 2017; Pettigrew, 2009), venind adesea seara acasă la partenerii sau prietenii de care nu au fost cu adevărat separați. Conversațiile de tipul „cum ți-a fost ziua" nemaifiind necesare, oamenii își întorc privirea în ecranele lor, pentru a diminua disconfortul conversațional aferent.

Pentru adulții tineri, care trec prin tranziția intrării la facultate, contactul sporit cu părinții și prietenii poate fi util (Ranney & Troop-Gordon, 2012). Cu toate acestea, deși poate fi gratificator pe termen scurt, contactul constant nu se traduce neapărat printr-un sentiment de apropiere și conexiune, ba poate chiar stârni opusul (Turkle, 2015; Twenge, 2017b). Spre exemplu, chiar dacă frecvența contactului dintre studenți și părinții lor este în creștere (Hofer & Moore, 2010), comunicarea prin mesaje-text face foarte puține în privința diminuării sentimentelor

de singurătate sau a susținerii unei mai bune adaptări pe parcursul acestei tranziții deseori dificile (Gentzler, Oberhauser, Westerman & Nadorff, 2011). Între timp, estomparea granițelor pune în dificultate dreptul la viață privată și singurătate (Geser, 2006), punând la dispoziție puțin spațiu pentru ca indivizii să evolueze de unii singuri, fără contribuția altora, care în mod constant adaugă comentarii, dau „like"-uri și influențează dezvoltarea gândurilor și sentimentelor unui individ, ba chiar și a identității propriu-zise a acestuia.

Alături de estomparea granițelor relaționale și de sporirea frecvenței conexiunilor, apar tot mai multe bariere ale comunicării și intimității. Intimitatea din timpul cinelor în familie a scăzut, de vreme ce spațiile care erau în trecut rezervate pentru conversație au fost înlocuite de trimiterea de mesaje pe sub masă, în același timp menținând deasupra ei iluzia că suntem împreună (Turkle, 2015). În timpul meselor în familie, al drumului dintre școală și casă, al evenimentelor sportive și al statului în parc, copiii consideră că se află în competiție cu telefoanele părinților pentru atenția acestora. În ciuda faptului că se simt prost în legătură cu acest lucru, părinții admit cu ușurință că își verifică e-mailurile în loc să stea de vorbă cu copiii pe durata băiței, a timpului de joacă sau a cinei (Turkle, 2015). O cercetare națională condusă de *Highlights*, o populară revistă pentru copii, a descoperit că „telefoanele mobile" a fost cel mai comun răspuns atunci când copiii au fost întrebați ce îi distrage pe părinții lor. Întrebată ce s-ar întâmpla dacă părinții ei și-ar pierde telefonul, o fetiță de nouă ani a răspuns: „Aș primi și eu mai multă atenție" (Joyce, 2014).

Deși doar simpla prezență a dispozitivelor tehnologice nu este cea care cauzează un parentaj defavorabil sau neglijent (Plowman, McPake & Stephen, 2010), utilizarea tehnologiei inevitabil împarte atenția părintelui

și lasă mai puțin spațiu psihic pentru interacțiunea cu copilul. În vreme ce telefonul ar putea teoretic să ofere o cale tentantă și facilă de a menține contactul cu alți adulți în timpul angajării în îngrijirea copiilor, pur și simplu nu este posibil să fii în același timp întru totul și cu copilul, și cu prietenii sau colegii de muncă. Capacitatea noastră de atenție este limitată. Persoanele îngrijitoare care sunt foarte absorbite de telefoanele lor răspund cu o mai mare asprime la comportamentele obraznice ale copiilor (Radesky et al., 2014). Mai mult decât atât, faptul că părinții dedică mult timp tehnologiei de comunicare este o cauză favorizantă pentru nivelul crescut al comportamentelor obraznice ale copiilor (McDaniel & Radesky, 2018). Un asemenea comportament obraznic ar putea să se nască dintr-o

> *[...] dorință de [...] a avea parte de plăcerea atenției totale, lucru dorit intens, dar care se întâmplă rar. Acești adolescenți au crescut cu părinți care vorbeau la telefon și își verificau mesajele în timp ce se îndreptau spre locul de joacă. Părinții trimiteau un mesaj cu o mână, iar cu cealaltă împingeau leagănul. [...] Înainte, copiii trebuiau să se confrunte cu faptul că părinții erau plecați la muncă, erau cu prietenii sau împreună. Astăzi, copiii se confruntă cu părinți care sunt aproape din punct de vedere fizic chinuitor de aproape, dar care, din punct de vedere psihic, sunt în altă parte.*
>
> *(Turkle, 2011, p. 266)*

De când am făcut trecerea la un mod de funcționare în care a fi ocupat și conectat echivalează cu a fi viu și a conta, existăm într-o stare de „continuă atenție parțială", participând la cât se poate de multe, dedicându-ne în același timp cât mai multor oameni sau lucruri posibile. Crescând în acest mediu, copiii se poate să-și urmeze părinții în a învăța să rămână doar parțial atenți, pentru

a evita dezamăgirea (Stone, 2009). În termenii intimității, atenția parțială continuă a părinților îi împinge fie către izolare autistă, fie către un sentiment de îndreptățire narcisică (atunci când copilul tânjește după reciprocitate și acordaj). Astfel, atașamentul față de dispozitive diminuează intimitatea, făcând imposibilă curgerea lină către reciprocitate și acordaj. În plus, dispozitivul furnizează apoi consolare pentru dezamăgirile care n-ar fi prezente dacă n-ar fi existat respectivul dispozitiv.

Ca rezultat, copiii care s-au simțit ignorați sau neglijați din cauza incapacității părinților de a lăsa deoparte telefonul nu vor putea, nici ei, să-l lase deoparte. Jumătate dintre adolescenți se descriu în mod deschis ca fiind dependenți de dispozitivele pe care le utilizează (Common Sense Media, 2016). Tinerii se folosesc din ce în ce mai mult de mesajele-text pentru a-și exprima gândurile și sentimentele mai degrabă decât a le exprima în persoană sau la telefon (Trub & Barbot, 2020), rezultatul fiind producerea unor comunicări importante în absența indiciilor nonverbale și a corporalității necesare pentru construirea empatiei și a intimității (Turkle, 2011). Într-un studiu, 67% dintre persoane au raportat verificarea telefonului personal fără ca acesta să fi vibrat, iar 44% au raportat faptul că dorm cu el la îndemână sau în apropierea patului, pentru a nu pierde primirea vreunui nou mesaj sau apel (Smith, 2012). Intensitatea conexiunii noastre cu telefoanele permite evitarea unor circumstanțe interne sau externe neplăcute, întrucât absorbirea într-un dispozitiv poate menține anxietatea, tristețea sau singurătatea în afara planului conștient (Cullen, 2011; Trub & Starks, 2017). Negarea poate de asemenea împiedica o conștientizare a manierei în care telefoanele au impact asupra potențialului de intimitate. Spre exemplu, într-un studiu, deși atât adolescenții (41%), cât și părinții acestora (77%) au descris sentimentul că celălalt este distras

de dispozitive și incapabil să-i acorde atenție atunci când petrec timp împreună, mai mult de 85 % dintre aceiași părinți și adolescenți au indicat că utilizarea dispozitivelor „nu a adus nicio diferență sau chiar a ajutat în relația lor" (Common Sense Media, 2016). Tehnologia poate deci să păcălească destul de bine.

Pentru unii, noul statu-quo care permite tehnologiei să mențină oamenii conectați, dar mai puțin intimi a depășit un prag acceptabil. În cartea sa din 2016, *Revenge of the Analog* (*Răzbunarea semnalului analog*), Sax susține că urmează o retrezire, o reîntoarcere la moduri distinctiv umane de creație și de relaționare cu semenii, pe măsură ce începem să conștientizăm limitările dispozitivelor noastre. Luptând împotriva puternicei tentații de a verifica dacă au primit vreun mesaj pe telefon atunci când ies cu prietenii și persoanele iubite, tinerii adulți au început să inventeze tot felul de metode de impunere a abținerii, spre exemplu „jocul teancului de telefoane", în care un grup de prieteni care ies împreună la un restaurant își pun telefoanele în mijlocul mesei de când se așază, iar cel care se uită la telefonul lui înainte de sfârșitul mesei trebuie să plătească toată consumația (Tell, 2013). Tinerii de astăzi găsesc metode de a se împotrivi atracției telefonului și a așteptărilor de reacție imediată și conștientizează faptul că, pentru a-și schimba comportamentul, ar putea să fie necesar un control extern. Este posibil ca intimitatea între prieteni și membrii familiei să aibă nevoie de puțin ajutor pentru a triumfa asupra farmecului seducător al conexiunii facile.

Relațiile romantice și sexualitatea

Relațiile romantice și sexuale există acum nu doar în dormitoarele, ci și în buzunarele noastre. Smartphone-urile sunt părți integrale ale modurilor în care relaționăm și ne simțim apropiați de ceilalți, în care ne comunicăm dorințele și interesul sexual, precum și în care facem sex. Dorința și intimitatea nu mai pot fi înțelese separat de tehnologia pe care o utilizăm pentru a le trăi și a le exprima; tehnologiile mediatoare sunt la fel de importante pentru scenariul sexual precum actele sexuale ce ar putea urma sau nu. Invitațiile sexuale au loc prin aplicații, dezvăluirile emoționale se produc pe Snapchat, Instagram sau Facebook și, dacă se întâmplă să ne dorim o doză de experimentare sexuală lipsită de riscuri de la distanță, putem să-i trimitem mesaje-text sexuale (*sexting*) unui partener interesat, în timpul pauzei de prânz. Fie că ne avântăm cu elan în viitorul nostru sexual, fie că ne păstrăm precauția în timp ce suntem împinși de la spate, tehnologia este acum suveica prin care trece firul urzelii noastre erotice, parte a însești țesăturii intimității.

Deși dorința sexuală pare o nevoie umană atât de bazală încât să fie imună la impactul tehnologiei, se pare că aceasta din urmă a schimbat, de fapt, maniera în care negociem dorința sexuală și intimitatea (Smith & Anderson, 2016). Avem acum acces instantaneu la o extraordinară cantitate de informații sexuale online, unde pornografia digitală permite căutarea cam oricărei înclinații sau curiozități sexuale, care conduce la găsirea unei abundențe de clipuri video, imagini, camere de chat sau site-uri dedicate acelor interese. Gratificarea instantanee a unor dorințe pe care se poate să nu fi știut niciodată că le aveam este chiar acolo, în vârfurile degetelor noastre. Iar dacă acestea nu provoacă o senzație îndeajuns de

puternică de realitate, putem să ne punem pe cap căștile de realitate virtuală, pentru a avea o experiență sexuală multisenzorială cu o altă persoană. Gratificarea și experimentarea sexuală pot avea loc chiar oricând. Pe scena găsirii de parteneri, aplicațiile de pe telefonul inteligent pentru întâlniri amoroase (*mobile dating*) au produs o explozie a dimensiunii eșantionului de potențiali parteneri sexuali, pornind de la geolocație, care promovează filosofia lui „a-l iubi pe cel din apropiere", într-o piață liberă a sexului și a întâlnirilor amoroase (Quiroz, 2013). Intimitățile sexuale tradiționale se confruntă acum cu relațiile care încep bazându-se pe coordonatele spațiale ale mobilului sau care se desfășoară exclusiv în fața unui ecran.

Efectele asupra intimității sunt dificil de estimat atunci când *mobile dating*-ul este descris ca fiind la fel precum „comandarea de mâncare de pe net" (Sales, 2015). Accesul facil la o multitudine de potențiali parteneri prin intermediul aplicațiilor mobile, proliferarea pornografiei digitale pentru satisfacerea oricăror gusturi și realitatea virtuală alături de experiențele de simulare sexuală au schimbat sexul și viața de cuplu. Încercarea de a seduce pe cineva nu mai implică depășirea vreunei anxietăți sociale și de performanță pentru a începe o conversație față în față. În schimb, „apeși pe iconița de DM",[61] astfel încât, în loc de replica „Ce-ai zice să mergem la mine?", cel interesat poate muta conversațiile dintr-un spațiu online public în spațiul dedicat mesajelor directe, pentru a obține o amprentă mai personală și mai privată în comunicare. În campusurile universitare, cândva tradiționalul „telefon fierbinte", care însemna că o persoană trebuia să o sune pe o alta acasă

[61] Pe platformele de social-media, DM se referă la *„direct message"*. Acesta constituie o comunicare privată între două sau mai multe persoane care au interacționat până la acel moment în spațiul online public.

pentru a vedea dacă vrea să se întâlnească și să facă sex, a fost înlocuit de mesaje-text sau mesaje directe, căci partenerii virtuali sunt imediat accesibili prin smartphone-uri (Goluboff, 2015). Un posibil beneficiu al acestor schimbări în ce privește modalitățile de căutare a unor parteneri heterosexuali este că femeile simt acum că au la dispoziție mult mai multe opțiuni de stabilire a unui contact lipsit de riscuri cu cineva dacă își doresc să facă sex fără obligații (Goluboff, 2015). Chiar și așa, aceste „conversații" digitale urmează încă scenariile heteronormative de gen, în care bărbații inițiază avansurile sexuale, selectând o femeie sau alta de pe lista afișată pe aplicația de *mobile dating* în loc să se străduiască să-i atragă atenția (ca în curtările clasice). Toți bărbații se află acum în căutarea următoarei „Tinderella"[62] (Hjorth & Lim, 2012; Casado & Lasen, 2014). Așadar, în vreme ce telefonul a tulburat modul în care sunt inițiate întâlnirile sexuale și contactul intim, multe norme tradiționale privind rolurile de gen rămân netulburate în cadrul noului păienjeniș sexual mediat de tehnologie.

În vreme ce unii sunt îngrijorați că intimitatea este diminuată de noua accesibilitate la sex și de găsirea instantanee de parteneri furnizată de tehnologie — de ce ne-am mai bate capul cu complicații relaționale când atât de multe opțiuni sunt la îndemână printr-o singură tastare a unui buton? —, alții sunt de părere că aplicațiile de *dating* permit o „intimitate de tip rețea" (Hobbs, Owen & Gerber, 2017). „Avem prieteni comuni, așa că adaugă-mă" reprezintă pecetea acestei propagări a intimității rețelistice, în care ne conectăm cu prietenii prietenilor prin diverse aplicații de social-media și formăm un tip de superrețea intimă, crescându-ne capitalul social și dezvoltând legături

---

[62] Joc de cuvinte între „Tinder", aplicația de *mobile dating* cu cei mai mulți utilizatori din prezent, și „Cinderella" („Cenușăreasa"). (*N.t.*)

facile cu tot mai mulți oameni. Acele legături pot furniza un sentiment puternic de comunitate, siguranță și conexiune, oferindu-ne senzația de intimitate și ajutându-ne să avem un sentiment de apartenență — toate acestea fiind importante pentru o stare de bine. Totuși, intimitatea derivă din spectrul mai larg de experiență care însoțește autodezvăluirile autentice față în față și experiențele afective asociate vulnerabilității neprevăzute a interacțiunilor noastre sociale. Se poate ca social-media să ofere o componentă puternică ori un substitut convingător al intimității prin volumul de interacțiuni și autodezvăluiri, dar lipsesc profunzimea și calitatea apropierii, care emerg din expresia de sine autentică, netrucată, reciprocă (Demir, 2015). Se poate să ne simțim conectați, dar tot ne simțim singuri sau nemângâiați.

Partenerii romantici se folosesc de mesaje-text, de *sexting* și de „Like"-uri pentru a se conecta unul cu celălalt, iar unii judecă intimitatea relațională prin lentila tehnologiei. Un partener atent, receptiv, implicat poate fi unul care răspunde repede la mesaje sau care dă „Like" constant postărilor noastre de pe Instagram. Punerea la dispoziția celorlalți a unei actualizări a stării utilizatorului constituie acum o manieră importantă de dezvăluire emoțională și este considerată a fi o componentă a intimității (Manago, Taylor & Greenfield, 2012). Iar în viața de cuplu, în care s-ar putea să nu fie neobișnuit ca partenerii să nu se vadă sau să-și vorbească cu zilele, unul s-ar putea simți respins sau abandonat dacă partenerul nu-i răspunde zilnic pe Snapchat. Pe cât de chinuitor poate să fie să eliminăm separarea și să diluăm granițele în cadrul relațiilor sexuale și romantice, a face acest lucru ar putea pune în pericol experiența intimității. În vreme ce a ne simți aproape de la distanță nu a fost niciodată mai ușor, a te simți aproape la apropiere a devenit mai dificil.

Maturizarea și trezirea sexualității

iGen este prima generație care a atins vârsta maturizării în epoca *smartphone*-ului (Twenge, 2017b). În comparație cu generațiile mai vechi, care au integrat tehnologia în viețile intime construite anterior, care abundau în proceduri „analogice" de relaționare, apropiere și dorință sexuală, generația iGen învață intimitatea pe cale digitală, privind într-un ecran (Magaldi, Appel & Berler, în curs de publicare). Consolele lor de jocuri video îi conectează la jucători care sunt prieteni, găsirea de parteneri are loc prin utilizarea telefonului, iar rețelele lor de prieteni se întind pe varii platforme de social-media. În mod obișnuit, acestea estompează diferențele dintre relațiile bazate pe prezența fizică și cele care se desfășoară doar în spațiul online (Mihailidis, 2014). Un astfel de atașament poate chiar să se transforme în dependență. Uneori, telefonul însuși devine un obiect de iubire (Ahuvia, 2005; Trub & Barbot, 2016). Nu este surprinzător că tinerii descriu absența telefonului drept ceva similar cu „a fi în public cu corzile vocale extirpate" (Goluboff, 2015).

Aceștia trec prin vârtejul schimbărilor adolescentine fiind cu totul expuși online unii față de ceilalți. De exemplu, în cazul autodezvăluirii orientării homosexuale („*coming out*"), aceasta se întâmplă mai întâi față de prietenii online și abia apoi în viața reală. La fel se întâmplă și în cazul etichetării cuiva ca fiind „complet transformat", ca răspuns la fotografiile care înfățișează succesul persoanei în cauză de a se fi maturizat. În vreme ce așa-numita „viață de pe ecran" le-a furnizat întotdeauna tinerilor opțiunea de a încerca diverse forme de sine (Turkle, 1995), pentru membrii generației iGen, acest lucru este ubicuu și socialmente obligatoriu, adolescenților permițându-li-se spațiul de a explora diferite fațete ale sinelui și de a-și

forma structurile de personalitate, primind un feedback aproape constant din partea prietenilor. Dar există și dezavantaje, întrucât adolescenții din ziua de astăzi încă dețin aceleași sensibilități cu privire la cum sunt percepuți.

Comparațiile sociale, atât în termenii inferiorității, cât și ai superiorității, sunt esențiale pentru dezvoltarea identității adolescentine (Krayer et al., 2008), iar social-media creează spațiu pentru oportunități de comparație insistente și aparent nesfârșite. Nu este surprinzător faptul că adolescenții care sunt utilizatori semnificativi de social-media sunt mai înclinați să creadă că alții au vieți mai fericite și mai bune (Chou & Edge, 2012; Lup, Trub & Rosenthal, 2015). Comparațiile care se poate să fi avut loc într-o clasă de treizeci de elevi în urmă cu numai un deceniu au loc în social-media față de sute, dacă nu chiar mii de fotografii, postări și profiluri bine puse la punct. Avem de-a face cu eroarea fundamentală de atribuire, care acum e complet scăpată de sub control. Adolescenții consideră postările din social-media ale celorlalți ca fiind portretizări cu adevărat reprezentative mai degrabă decât frânturi îmbogățite și distorsionante. Atunci când adolescenții se percep negativ în comparație cu ceilalți în timpul navigării pe mediile sociale, efectele depresive se pot menține și după încheierea navigării, sugerând dificultăți de durată ale reglării dispoziționale în timpul și în urma utilizării de *social-media* (Frison & Eggermont, 2016). Cu toate acestea, este necesară o perspectivă precaută. Deși tehnologia complică reglarea dispozițională adolescentină și dezvoltarea concepției de sine, adolescența presupune în mod natural o perioadă în care are loc o confuzie identitară și o îndepărtare de la autopercepții pozitive, însoțită de o creștere a autoaprecierii negative (Harter, 2015; Magaldi-Dopman & Park-Taylor, 2010).

Prestația online omniprezentă poate crea și presiune asupra unora de a-și dezvolta un sine fals — fabricarea sau exagerarea acelor fațete ale sinelui întărite de aprecierea

spectatorilor —, ceea ce conduce la confuzie identitară și izolare, alături de o pierdere semnificativă a posibilității de intimitate. Deși *social-media* promite beneficiile participării de grup, se întâmplă mult prea des să aducă mai curând „o supraîncărcare de feedback" (Roback, 200), găsirea de țapi ispășitori, transformarea unor participanți în țintă a atacurilor și un sentiment de copleșire, ceea ce intensifică experiențele emoționale ale adolescenților și le poate crește acestora sentimentele de alienare și izolare. Pentru acei adolescenți care suferă de anxietate socială și dețin o nevoie semnificativă de asigurare socială, riscurile pot fi chiar mai mari, conducând la probleme grave (Lee-won, Herzog & Park, 2015).

Un sine fals cultivat online poate sărăci prieteniile și relațiile de cuplu. În loc de reciprocitate și acordaj, regăsim adesea o izolare care derivă dintr-un sentiment de lipsă de autenticitate ori, alteori, din senzația de copleșire sau de fuziune narcisică (pornind de la a fi cine vor sau se așteaptă alții să fii). Mișcarea lină printre diferitele configurații relaționale pe care o necesită intimitatea este blocată.

Utilizarea telefonului pentru a fi în permanență conectat cu alții, granițele derutante dintre sinele online bine pus la punct și sinele real, precum și atașamentul față de telefonul propriu-zis creează condiții emoționale intense în timpul unei perioade de dezvoltare care este oricum destul de instabilă. Acordajul emoțional în aceste condiții și în absența indicatorilor contextuali sociali, faciali și vocali prezenți „în viața reală" este dificil, dacă nu imposibil. Chiar dacă adolescenții pot socializa și se pot conecta cu alții prin *social-media* într-o manieră sănătoasă, ei se confruntă cu posibilitatea unor atacuri de anxietate intruzive atunci când nu sunt în contact prin social-media, cu o dispoziție depresivă atunci când se compară cu alții și cu confuzie și o pierdere a controlului de sine cauzate de spectrul îngust de experiențe intime pe care îl permite tehnologia.

Intimități clinice în timpul tratamentelor psihanalitice

Relațiile digitale, mediate de dispozitive audio sau video, fac posibile tratamente și ședințe care nu ar fi fost altfel posibile, introducând în același timp și în mod inevitabil anumite limite ale spectrului de posibile intimități (Russell, 2015; Turkle, Essig & Russell, 2017). Deși uneori dificilă din punct de vedere personal, imposibilă geografic sau complicat de organizat, prezența comună fizică permite o prezență terapeutică intimă (Geller & Greenberg, 2012) imposibil de realizat prin intermediul teleprezenței. Întrebarea cu privire la cazurile individuale, dar și la domeniu în general este dacă pierderile de intimitate pot fi compensate de câștigurile practice. În mod evident, întrebarea nu poate fi pusă într-o manieră rezonabilă fără a discuta despre modul în care intimitățile se pierd atunci când procesele psihanalitice sunt mediate tehnologic.

Timp de mulți ani, începând cu telefonul (Saul, 1951; Zalusky, 1998; Aronson, 2000) și continuând cu utilizarea din ce în ce mai răspândită a dispozitivelor de videoconferințe (Carlino, 2011; Lemma, 2017; Scharff, 2013, 2015), simulările mediate tehnologic ale relaționării în persoană au fost utilizate pentru a oferi îngrijire în cazul în care o persoană este bolnavă, călătorește în interes profesional, este în vacanță sau nu a reușit să găsească un terapeut local. La fel, comunicarea mediată tehnologic a fost utilizată și ca metodă de extindere internațională a practicii terapeutice. A fost o soluție de tipul „mai bine decât nimic" în acele situații în care un pacient sau un analist își schimba locația, iar diada își dorea să mențină continuitatea. Însă această practică devine una din ce în ce mai obișnuită, astfel încât relațiile digitale au trecut de la a fi considerate o soluție creativă de tipul „mai

bună decât nimic" pentru situațiile clinice excepționale la a fi o nouă normalitate, în care relațiile digitale sunt tratate ca o practică cotidiană îndeajuns de bună. Unii chiar consideră că tratamentele bazate pe relații digitale sunt substitute echivalente ca funcționalitate, precum în cazul în care sunt utilizate cu scopul unei analize de formare (Essig, 2015b; Essig & Russell, 2017). Această largă adoptare a digitalului are loc în ciuda acordării unei atenții relativ reduse manierei în care relațiile digitale influențează și diminuează spectrul intimităților mediate tehnologic.

Cercetarea disponibilă evită să abordeze direct problema intimităților pierdute din cauza limitărilor de proces inerente permisivităților specifice tehnologiei digitale. În schimb, a fost elaborată o argumentare în favoarea tratamentelor bazate pe relații digitale constante, pornind de la ilustrări ale procesului psihanalitic redat prin înregistrări, transcrieri sau notițe luate în urma procesului (Scharff, 2013, 2015). Se caută dovezi ale existenței unui proces psihanalitic în cadrul acestor cazuri. Atunci când se descoperă un astfel de proces, tratamentele bazate pe relații digitale sunt declarate îndeajuns de bune. Uneori, sunt comparate transcrieri ale unor ședințe în persoană și ale unora digitale, pentru a se testa dacă se poate constata diferența. Din nou, atunci când nu se descoperă nicio diferență, se susține faptul că procesul este îndeajuns de bun (de Setton, 2015). Dar se acordă insuficientă atenție limitărilor, întrebării cu privire la ce ar fi trebuit să se întâmple, dar nu s-a putut întâmpla.[63]

[63] Pentru a vedea limitările acestei cercetări, să ne gândim la cum ar fi ca un individ să facă psihanaliză în spațiul pentru restaurante dintr-un mall local, un exemplu evident absurd, dar totuși ilustrativ. Să spunem că acele „tratamente" ar fi studiate și s-ar descoperi dovezi ale unui proces psihanalitic. S-ar putea apoi susține concluzia că „analiza la mall" este îndeajuns de bună?

Mai mult decât atât, demonstrațiile cu privire la procesul psihanalitic mediat tehnologic nu ar trebui nici să surprindă, dar nici să li se confere mai multă greutate decât merită și cu siguranță să nu fie folosite pentru a deturna atenția de la înțelegerea intimităților pierdute. Adevărul este că nevoia umană fundamentală de a ne conecta cu alții a cauzat întotdeauna ușurința cu care tehnologia ne câștigă inimile, chiar și tehnologiile primitive din vremea în care Nattie și Clem, operatorii noștri de telegraf fictivi, s-au îndrăgostit prin intermediul telegrafului. Prin urmare, nu mai este util din punct de vedere clinic să demonstrăm că tehnologia poate să susțină o oarecare intimitate clinică. Ar fi surprinzător, chiar șocant, dacă nu ar exista asemenea demonstrații cu privire la procesul psihanalitic mediat. Întrebările importante sunt în alt palier, anume acela al înțelegerii experiențelor și interacțiunilor semnificative clinic pe care medierea tehnologică nu le permite. Spre exemplu, așa cum afirma Russell (2015), „fantasmele de iubire, precum și cele distructive... nu au niciun potențial de a fi puse în scenă" (p. 39). Continuând prin a cita un pacient, „atunci când împarți un spațiu fizic, chiar dacă nu treci la act, există întotdeauna potențialul unei atingeri, fie că aceasta ar însemna o palmă sau un sărut" (p. 39). Aceste diferențe cu privire la ce permit contextele sunt importante. Ceea ce nu se poate întâmpla sau ceea ce se poate întâmpla în același fel este semnificativ.

Mai există un argument frecvent invocat în susținerea normalizării relațiilor digitale: relatări la persoana întâi din partea unor participanți, care atestă valoarea, credibilitatea sau intensitatea experienței. Întrucât intimitatea este resimțită ca atât de puternică, unii spun că tratamentul este îndeajuns de bun. Desigur, experiențele participanților sunt importante. Cu toate acestea, acele experiențe sunt doar vag legate de consecințele funcționale propriu-zise ale tratamentelor bazate pe relații digitale. În

plus, tehnologia este în sine dezvoltată în așa fel încât să facă simulările să fie resimțite la fel ca realitatea, deși consecințele sunt complet diferite, la fel cum se întâmplă în cazul unui simulator de luptă sofisticat. Utilizarea relatărilor la persoana întâi constituie argumente extrem de problematice pentru luarea de decizii clinice, întrucât intimitățile intermediate de un ecran fracturează conexiunea obișnuită dintre consecințele ulterioare și sentimentul din prezent. Reprezentările de proveniență digitală tind să se reducă la secțiuni transversale temporare ale momentului curent, lipsite de o structură narativă care să-și extindă semnificația de-a lungul timpului (Hartman, 2017). Spre exemplu, Russell (2015) a remarcat că mulți participanți consideră că ședințele bazate pe relații digitale sunt mai puțin memorabile pentru clinicienii care se folosesc de luarea de notițe decât în cadrul tratamentelor în persoană. Sentimentele, chiar și când sunt aceleași sau similare, nu au aceleași consecințe în contexte diferite. Un alt exemplu constă într-un studiu controlat randomizat, care compară o variantă prin conexiune video și una în persoană a unei psihoterapii dinamice intensive de scurtă durată pentru tratamentul durerii nediagnosticate medical (Chavooshi et al., 2017). Ambele grupuri au raportat că tratamentele au fost la fel de credibile și satisfăcătoare. Cu toate acestea, membrii grupului de terapie în persoană sufereau de semnificativ mai puțină durere. În plus, aceștia manifestau „scăderi semnificative ale depresiei, anxietății și stresului, precum și o mai mare creștere a funcționării reglării afective, a nivelului de conștientizare și a calității vieții" (p. 133). Consecințele funcționale ale celor două tratamente erau esențialmente destul de diferite, deși relatările experiențelor participanților erau similare.

Intimitățile pierdute pot fi descoperite prin observarea manierei în care varii procese psihanalitice sunt alterate sau blocate în cadrul relațiilor digitale. Vom lua în

considerare trei exemple, dar pot fi găsite cu ușurință și altele dacă le căutăm. Să ne amintim de clasica observație a lui Winnicott că rolul unui psihanalist include furnizarea unui „mediu facilitator" în care să poată avea loc maturizarea și vindecarea. Acest lucru nu se întâmplă în același mod în tratamentele bazate pe relații digitale. Pacienții aflați la distanță trebuie într-o mare măsură să-și furnizeze propriul mediu facilitator, în loc ca acesta să le fie furnizat de către terapeut (Russell, 2015). Aceștia sunt așezați pe propriul fotoliu sau divan, nu pe al nostru. Uneori, este vorba de patul sau de mașina lor ori de un hotel oarecare. Atunci când le curge o lacrimă, o șterg cu șervețelul lor. Apasă pe o iconiță pentru a deschide o imagine, o experiență destul de diferită de aceea de a veni și a pleca din spațiul special al unei alte persoane, una îngrijitoare, care susține și facilitează creșterea. Deși acestea ar putea să nu diminueze momentele de intimitate atunci când relația se află într-o perioadă de reciprocitate și acordaj, i.e. când se află la centrul continuumului intimității, posibilitățile sunt trunchiate, iar intimitățile se pierd atunci când dăm de greu. În timpul acelor momente regresive de izolare sau fuziune, pacienții din terapia în persoană beneficiază de susținere din partea mediului furnizat de analist, chiar dacă e creat de pacient — ceva ce s-ar putea ca medierea tehnologică să nu permită.

Spre exemplu, o pacientă aflată sub imperiul unui puternic transfer negativ și-a petrecut câteva ședințe fierbând de furie, în cea mai mare parte însă în tăcere. La sfârșitul ședințelor, înșfăca o grămadă de șervețele din cutia de pe măsuța de lângă canapea. Le strângea tare în pumn în timp ce se îndrepta către metrou, ca apoi să le îndese în poșetă. Mai târziu, a relatat că ținerea șervețelelor în mâini o ajuta să-și amintească faptul că ostilitatea sa nu-l va ucide pe analist, că nu voia cu adevărat ca acesta să moară și că amândoi vor supraviețui furiei ei. Ghemotocul de șervețele

pe care îl strângea în mână îi amintea că fantasmele sale de ucidere erau interne și nu o parte a realității externe. Sinele și celălalt erau diferiți. Mediul facilitator își făcuse datoria. Grație acestui lucru, furia și izolarea defensivă deveniseră o parte a intimității pe care doi oameni separați o împărtășeau în cadrul acestui tratament. Dar dacă nu ar fi existat o realitate externă comună, ar fi fost improbabil, din două motive, ca diferențierea necesară să fi avut loc. În primul rând, nu ar fi existat o realitate exterioară comună, care să contrasteze cu prezența realității interioare și, astfel, s-o aducă la lumină. În al doilea rând, furia regresivă ar fi fost de la bun început prea înspăimântătoare pentru a fi trăită. Medierea tehnologică nu permite posibilitatea unui spectru complet al intimității, parțial pentru că relațiile digitale adesea includ un efort comun, un soi de complicitate în a împinge tratamentul înspre acordaj și reciprocitate (Essig, 2013). Diadele trunchiază experiența în așa fel încât să mențină relația viabilă, întrucât tratamentele de la distanță, lipsite de o tendință înspre centrul continuumului intimității, conduc deseori înspre a-i provoca fiecăruia dintre participanți un sentiment de singurătate în absența celuilalt. Aceștia rămân singuri, cu o tehnologie care nu mai poate permite experiența teleprezenței, de vreme ce niciunul dintre participanți nu mai lucrează la a construi acea experiență.

Un alt aspect al terapiei în care putem regăsi intimitățile pierdute se referă la diferențele cu privire la cum este mobilizată atenția în cadrul relațiilor digitale, în comparație cu relațiile în persoană. Aceste diferențe de atenție au drept consecință diferențe în termenii ascultării analitice și ai posibilităților de reverie. Relațiile digitale necesită o atenție concentrată asupra dispozitivului utilizat, fie că acesta este un ecran, un microfon sau o pereche de căști, și obligă la o atenție parțială permanentă, prezentând în mod inevitabil artefacte de mediere derutante.

Faptul că putem resimți prezența unui altul, mediat tehnologic, necesită eforturi de atenție nesolicitate în cazul prezenței comune fizice, care este însoțită de un câmp interpersonal atât de bogat, încât poate fi evitat doar cu ajutorul unor eforturi uriașe.

Mai exact, resimțirea prezenței altuia aflat la distanță necesită filtrarea și eliminarea elementelor de distragere externe prezente în mediile separate. Un analist i-a dezvăluit lui Russell (2015) în cadrul interviurilor etnografice pe care aceasta le-a luat unor participanți la tratamente de la distanță că „unul dintre modurile în care a trebuit să mă adaptez a fost să nu fiu curioasă cu privire la spațiul diferit al pacientului, pentru a mă putea concentra doar asupra lucrurilor pe care mi le spunea“ (p. 18). În plus, dispozitivele propriu-zise ne solicită atenție, care trebuie de asemenea gestionată. Chiar și atunci când e-mailul și programele de mesaje-text și social media sunt închise, ele stau acolo la pândă, în cadrul aceluiași dispozitiv, creând o umbră interpersonală care trebuie evitată, în termenii atenției. Un alt terapeut intervievat de Russell spunea: „Mă surprindeam întrebându-mă tot timpul ce e-mail primisem. Cred că natura dispozitivului ne încurajează să ne gândim la a face mai multe lucruri în același timp“. Un altul a mărturisit: „Recunosc cu rușine că mi-am verificat pe furiș e-mailul în timpul unei ședințe“ (Russell, 2015, p. 131). În același timp, sunt frecvente problemele, precum întreruperea conexiunii de internet sau distorsiuni de tipul desincronizării imaginii de sunet sau al calității video proaste. Russell relatează un exemplu deosebit de grăitor, în care conexiunea s-a întrerupt în mijlocul împărtășirii unor sentimente intense de către un pacient: „Perturbarea cursului interacțiunii noastre și tulburarea cauzată de pierderea abruptă a conexiunii au fost resimțite cu o teribilă intensitate și violență de amândoi. A durat câteva

minute să ne reconectăm, iar până să reușim, ședința nu mai putea fi reluată de unde rămăseserăm. Fisura din țesătura ședinței era imposibil de reparat" (2015, p. 128). Mai mult decât atât, chiar și atunci când dispozitivele funcționează cum ar trebui, așa cum a afirmat cu claritate Brahnam (2017), sunt „inevitabil introduse prin procesul de comunicare" o serie de artefacte ale medierii, care „au tendința de a perturba și de a înlătura expresiile inconștiente ale subiecților umani, producând impresii vizuale care nu au nimic de-a face cu subiectul, dar sunt totuși adesea confundate inconștient cu acesta" (p. 139).

Să facem comparație între acestea și atenția analitică receptivă, deschisă. Spre exemplu, Ogden (2004) scria că „sarcina analistului este de a genera condiții care să-i permită analizandului — cu participarea analistului — să viseze visele anterior de nevisat și întrerupte ale pacientului. O parte semnificativă a participării analistului în visarea pacientului ia forma experienței de reverie a analistului" (p. 857). Intimități de toate tipurile se dezvoltă în astfel de reverii, ancorate într-un spațiu relațional și fizic împărtășit. Dar receptivitatea deschisă față de sine și celălalt, necesitată de reverie, este în mod inevitabil înăbușită de cerințele de atenție necesitate de relațiile digitale. Din nefericire și spre deosebire de conceptele care pot fi supuse paradoxului dialectic (Hoffman, 1998; Stern, 2009), atenția umană este finită și singulară. Atenția nu permite soluții de tipul „și/și". Fie adoptăm o poziție de atenție concentrată solicitată de relațiile digitale — luptându-ne totodată cu atenția parțială continuă pe care o cere tehnologia —, fie menținem atenția receptivă deschisă pe care o merită ascultarea psihanalitică. În consecință, încercările de atingere a reveriei comune în cadrul relațiilor digitale nu ar face decât să-i lase pe participanți, din nou, singuri, în absența celuilalt.

Un ultim exemplu demn de menționat de intimități pierdute — și există încă multe altele, doar că trebuie să fim dispuși să le căutăm — se referă la relația dintre procesele implicite care implică o cunoaștere relațională corporală și bazată pe emoții cu privire la cum să fim cu cineva și procesele de interpretare simbolică (Stern et al., 1998). Atunci când oamenii sunt corporal împreună, memoria procedurală și cea episodică se suprapun ori, cu alte cuvinte, stările de a fi înglobează stările psihice (Russell). Dar în cadrul relațiilor digitale are loc o disjuncție între ceea ce face un individ pentru a rămâne angajat în proces prin intermediul tehnologiei mediatoare și narațiunea (alimentată de teleprezență) referitoare la o relație empatică, de îngrijire, care trebuie să reziste la testul timpului și al distanței. O narațiune intimă se află în conflict cu experiența resimțită, trăită, de a fi un corp izolat.

Vinieta care urmează ilustrează intimitățile relaționale implicite, pierdute atunci când relațiile se desfășoară digital. Pacientul este un „războinic al șoselelor", patologic de afabil și de un extrem de mare succes, de vârstă mijlocie, tată a patru copii. Călătorește în interes profesional cel puțin trei săptămâni din fiecare lună. În consecință, majoritatea ședințelor se desfășoară prin intermediul unei tehnologii mediatoare. În timpul acestei ședințe, spune că simte că ratează multe lucruri și că nu-i place să fie un tată virtual, dar este prizonier în acest tip de viață. Spune că este mulțumit totuși de faptul că poate să le spună noapte bună copiilor pe FaceTime, dar că nu e același lucru. Ședința continuă pe linia explorării acestor sentimente, iar el face deodată o pauză și apoi spune: „Este ciudat că vorbesc cu dumneavoastră în fața aceluiași ecran pe care îl am în față și cu ei... la naiba, tot aici lucrez... mă uit la filme..., chiar și la porno... toate de-aici... în fața aceluiași nenorocit de ecran, dacă-mi dau voie să mă relaxez, toate se diluează în același lucru". Ceva era gata-gata

să iasă la suprafață. Diada trece de la ceea ce Grupul de la Boston (Stern et al., 1998) numea „un stadiu de sarcină" la „un stadiu straniu", atunci când pacientul întreabă cu o surprinzătoare putere afectivă: „Dar dumneavoastră?" Terapeutul, care utilizează la rândul său un dispozitiv multifuncțional, face o pauză, simțind energia afectivă a ceea ce tocmai a devenit „un moment de prezență intensă". Răspunde: „Simt că aveți nevoie să fiu la fel ca dumneavoastră, să fac eforturi să vă păstrez în minte în ciuda tuturor celorlalte feluri în care mă folosesc de acest ecran". „Hmmm", răspunde el, „ca și cu copiii mei, ne prefacem... dar e ca naiba că nu suntem împreună". Terapeutul răspunde prin spargerea iluziei pe care o necesită relația lor: „Uneori amândoi ne prefacem că relația noastră e îndeajuns de bună, dar adesea este doar mai bună decât nimic, cel puțin în terapie nu este nevoie să ne prefacem, putem simți pierderea... amândoi". La care pacientul răspunde: „Dar trebuie să mă prefac... altfel pur și simplu mă simt prea singur" și începe să plângă. Ceea ce face ca acesta să fie un „moment de prezență intensă" al relației intersubiective este spargerea acelei iluzii a teleprezenței, prin recunoașterea faptului că nu erau de fapt împreună, că pacientul nu-și punea de fapt copiii la culcare când era plecat. Acest moment centrat pe „acum" arată cum relațiile digitale includ pierderea și iluzia, ceva ce ambii participanți simt, dar ignoră adesea într-un mod complice. Dacă acest moment de prezență intensă, acest „acum", ar fi fost ratat, cum se întâmplă frecvent, ar fi putut reîntări acceptarea iluziei pe care o necesită relațiile digitale. Diada ar fi ales complicitatea de a evita conștientizarea pierderii și a limitelor.

Așadar, sunt multe motive pentru care este crucial să fim conștienți de intimitățile pierdute atunci când decidem dacă să oferim sau nu tratament de la distanță. Unul este că relațiile sunt construite pe baza unor procese diferite

atunci când relaționarea are loc prin intermediul tehnologiei decât atunci când oamenii sunt angajați într-o interacțiune directă cu o persoană prezentă fizic. Aceste procese relaționale diferite derivă din inevitabilul fapt că promisiunea tehnologiei — poți fi oriunde, oricând, cu oricine, fără nicio pierdere — este o iluzie. Ca rezultat, pierderea și limitele sunt inevitabile și nu ne putem permite să le ignorăm. În al doilea rând, a fi corporal împreună permite riscuri și consecințe unice. În cele din urmă, dacă nu poți fi fizic scăpat din brațe, nu te poți niciodată simți cu adevărat îmbrățișat și susținut, ceea ce este o experiență diferită decât a fi în mod constant cvasianxios cu privire la întreruperea conexiunii de internet. În al treilea rând, În al treilea rând, în cazul teleprezenței, nu putem detecta acele elemente relevante clinic ce s-ar fi văzut foarte bine în cadrul mediului mult mai bogat în stimuli al coprezenței corporale. În consecință, a fi conștient de intimitățile pierdute și a le aduce în relația clinică s-ar putea de fapt să fie cea mai bună cale de a furniza îngrijire de la distanță, atunci când devine necesar să facem acest lucru. Iar printr-o asemenea conștientizare, ar fi totuși posibil ca tratamentele bazate pe relații digitale să poată rămâne o soluție mai bună decât nimic în circumstanțe clinice urgente — căci pentru aceste situații au fost menite de la bun început terapiile de la distanță.

În viitor: pregătiți sau nu, iată că vine și este deja aici

Acum, că *Şocul viitorului* (Toffler, 2000) a făcut loc pentru *Şocul prezentului* (*Present Shock* — Rushkoff, 2013), când trăim cu adevărat în viitorul expansiunii exponențiale a alternativelor tehnologice, nicio întrebare nu este mai

importantă decât „Cum facem alegerile de astăzi astfel încât să avem ca rezultat o lume în care vrem să trăim?" (O'Reilly, 2017, p. x). Nimeni (sperăm) nu-și dorește să pierdem intimitatea în fața dezvoltării tehnologice dezlănțuite în domeniile de care ne ocupăm. Dată fiind inteligența artificială (IA), incluzând inteligența emoțională și socială, combinată cu realitatea virtuală (VR) și robotica, viitorul va abunda în oportunități de intimitate artificială (cealaltă IA), precum roboți sexuali complet funcționali și roboți terapeutici digitali. În fapt, versiuni timpurii ale acestor două alternative sunt deja disponibile, însoțite de promisiunea goală a tot ce îți dorești, oricând ți-l dorești (Essig, 2017). Dar viitorul intimității nu este încă scris. Încă mai avem un cuvânt de spus cu privire la întrebarea centrală, dacă relaționarea mediată digital va deveni un scop în sine sau dacă va facilita intimitatea în spații nontehnologice. Mai este încă timp să pledăm în favoarea proceselor „analogice"; să recunoaștem puterea clasicei intimități nemediate și să insistăm asupra menținerii posibilităților de a o deține.

Într-un viitor distopic de evitat, mașinile vor furniza îngrijirea copiilor și a vârstnicilor, cel puțin pentru cei privilegiați economic. Bonele vor deveni la fel de desuete ca și șoferii de taximetre. Cu o mai mare parte din viață (sau chiar cu toată viața?) înregistrată și distribuită pe site-uri de social-media din ce în ce mai sofisticate, plăcerile apropierii, asociate împărtășirii de amintiri, se vor pierde într-o arhivă digitală copleșitoare a ceea ce s-a întâmplat „cu adevărat". Datorită progreselor tehnologiei VR și a vibratoarelor digitale, oamenii vor avea experiențe sexuale interactive conectându-se numai la tehnologie, nu la alte corpuri. Și, date fiind dezvoltările ulterioare din cadrul roboticii, roboții sexuali vor face astfel încât corpurile cu care ne vom conecta să fie făcute din silicon și programate să satisfacă atât dorințele fizice, cât și pe

cele emoționale. Desigur, atunci când oricare dintre aceste „relații" va cauza probleme, tot ce va trebui să faci va fi să te așezi în fața unui ecran, pentru o ședință cu un robot creat într-o manieră fotorealistă, 3D, care își va aminti tot ce spui, va fi programat să fie optim „empatic" și, dacă vrei, să arate exact ca învățătoarea ta din clasa întâi, care era întotdeauna neobișnuit de bună cu tine. Tehnologia va îndeplini toate nevoile de intimitate. Viața va fi perfectă, cel puțin din perspectiva acelora care vor vinde aceste dispozitive uluitoare.

Dar un asemenea viitor de intimitate artificială, unul în care a fi corporal și biologic împreună va înceta să aibă valoare relațională, nu se va naște doar pe baza progreselor tehnologice. Până la urmă, aceleași tehnologii ar putea fi utilizate în mod constructiv pentru a-i ajuta pe cei suprasolicitați la muncă, pentru a-i alina pe cei singuri și chiar pentru a ajuta cuplurile să-și crească nivelul de intimitate prin rezolvarea problemelor sexuale cu parteneri sau educatori sexuali virtuali, într-o manieră care nu implică nicio amenințare. Diferența din viitor va fi făcută de noi. Povestea se va scrie prin ceea ce ne așteptăm unul de la altul, relativ la ceea ce vom ceda mașinilor. Din nefericire, pericole distopice pândesc în cadrul tendințelor aparent inocente în care oamenii preferă să relaționeze cu sau prin aparate (fără să reflecteze la asta), în loc să o facă pe cale directă, de la om la om.

Spre exemplu, multe familii au găsit deja moduri de a le încorpora cu afecțiune pe Alexa și Siri în viețile lor, inițial spunându-le pe nume atunci când le cer să le ofere o listă de melodii sau să umple golurile din conversația de la cină, apoi spunându-i în glumă — sau nu — unei persoane iubite: „Alexa nu mi-ar vorbi niciodată așa!" Copiii care aud astfel de lucruri vor crește așteptându-se ca dispozitivele să medieze relațiile dintre oameni. Vor fi pregătiți să dezvolte atașamente emoționale chiar mai profunde

față de dispozitive și nu unul față de altul, iar tehnologiile vor fi dezvoltate astfel încât să ofere acele atașamente.

În ce privește sexualitatea, să ne gândim la camerele video web, o industrie de multe miliarde de dolari, care implică zilnic mii de lucrători/lucrătoare în fața camerelor web și sute de mii de spectatori. Nenumărate practici sexuale sunt vizionate în direct, incluzând conversații și schimburi în timp real cu modelele. Prin jucăriile sexuale conectate la Bluetooth și prin feedbackul tactil sincronizat, modelele dezvoltă capacitatea tehnologică de a întinde mâna și a-și atinge privitorii, precum și de a fi atinse la rândul lor. În vreme ce modelele nu încearcă decât să-și câștige traiul de pe urma utilizatorilor care caută plăcere și companie, acestea deschid în același timp calea înspre o lume în care alinarea singurătății și gratificarea dorințelor sexuale vor avea loc în mod obișnuit prin intermediul mașinilor.

Iar în colțul nostru psihanalitic din lume, terapeuții care furnizează în mod obișnuit tratamente digitale deschid și aceștia involuntar calea pentru acceptarea atât a programelor de psihoterapie oferită prin intermediul inteligenței artificiale — așa-numiții roboți terapeutici —, cât și a intimității artificiale în general. Îi învățăm pe oameni că poate fi găsită suficientă empatie și intimitate pe un ecran, pentru transformările personale cele mai profunde pe care ne străduim să le realizăm în munca noastră. Tratamentele normalizate, bazate pe relații digitale, comunică involuntar puternicul mesaj că a fi corporal împreună nu este chiar atât de important și că o creștere personală poate fi realizată în fața unui ecran. Dacă acest lucru s-ar întâmpla, nu ar fi decât o chestiune de timp până când specialiștii în tehnologie să simuleze ce facem noi sau cel puțin să o facă aproape suficient cât să se califice ca normalitate, o practică îndeajuns de bună, astfel încât „intimitatea terapeutică" să poată fi rezultatul unor interacțiuni om–mașină, în absența unui terapeut uman.

Capitolul 9

Intimitatea psihanalitică

Christie Platt

Atunci când Hagai Levy a creat serialul de televiziune *In Treatment* în 2005 pentru publicul israelian, nu a avut idee că acesta va deveni un succes de proporții. Timp de nouă săptămâni, publicului i s-a oferit plăcerea voaioristă de a urmări aceiași patru pacienți, unul în fiecare episod, în ședințele de terapie cu psihologul lor, Paul Weston. În a cincea zi a fiecărei săptămâni, Paul Weston avea o consultație/ședință de cvasiterapie, în care discuta despre acești pacienți cu propriul supervizor. Întrucât avea cabinetul în casa în care locuia, publicul era martor și la dificultățile cu care se confrunta în viața personală. Serialul a fost inițial adaptat pentru publicul american și, ulterior, în țări cât se poate de diverse, precum Serbia, Brazilia, Rusia, Japonia și Macedonia. De la prima adaptare și până în prezent, serialul a fost difuzat sub o formă sau alta în peste șaptezeci de țări din întreaga lume.[64] Întrebat cum i-a venit ideea conceptului, Levy (citat în Gilbert, 2010) a spus:

> *Am fost eu însumi pacient aproape toată viața, mergând la diverse tipuri de psihoterapie, și chiar am terminat studii de psihologie înainte să studiez cinematografia — prima mea*

[64] Serialul a fost adaptat și de HBO România, sub titlul *În derivă*, premiera având loc în decembrie 2010, iar rolul personajului principal, doctorul Andrei Poenaru, fiind interpretat de actorul Marcel Iureș. (*N.t.*)

specializare este psihoterapia. Iar ca regizor, am fost întotdeauna mai interesat de situațiile intime mai degrabă decât de marile producții. Așa că mă gândeam, „care ar fi cel mai intim lucru din lume?" Pentru mine, acesta s-a întâmplat să fie terapia.

(p. ii)

Așadar, ce face ca psihoterapia sau psihanaliza să fie atât de intimă? Este oare la fel de intim pentru analist cum este pentru pacient, dat fiind că numai acesta din urmă își dezvăluie detaliile lumii interne și ale vieții cotidiene? Cu siguranță că pacientul și analistul creează împreună o lume privată și confidențială, pentru a discuta despre chestiuni care îi vor oferi pacientului posibilitatea de a trăi o viață mai liberă, mai satisfăcătoare. Pe parcursul terapiei, cei doi vor discuta nu numai despre aspectele vieții unui pacient care au o semnificație evidentă, ci și despre cele mai mărunte evenimente, care ar putea cumva să permită emergența vreunei credințe inconștiente, care să aducă la lumină mecanismele interne de funcționare ale pacientului.

Dar cum definim intimitatea? Și este aceasta măcar dezirabilă într-o lume care abundă în încălcări ale limitelor? De-a lungul istoriei psihanalizei, conceptul de intimitate psihanalitică a stârnit autoreflecții anxioase și opoziții reflexive față de dezirabilitatea acesteia. Dacă intimitatea autentică poate sau nu exista cu adevărat, continuă să fie o temă de dezbatere. Acest capitol încearcă să abordeze aceste întrebări, precum și multitudinea de căi prin care s-ar putea manifesta intimitatea psihanalitică.

Interpretările de dicționar ale intimității

New Oxford American Dictionary oferă patru semnificații posibile ale cuvântului „*intimacy*". Prima se referă la „o atmosferă privată plăcută", precum în: „camera degaja o senzație liniștitoare de intimitate". Majoritatea cabinetelor încearcă să se caracterizeze printr-o astfel de atmosferă. Cabinetul lui Freud, cu covoarele, artefactele și chiar câinii săi, a creat prototipul spațiului analitic. Cabinetul său era adiacent casei în care locuia și era ticsit cu obiecte iubite; nu făcea niciun efort de a fi neutru sau abstinent când era vorba de cabinetul în care-și petrecea zilele. Decorul cabinetului constituie una dintre cele mai personale expresii cu privire la analist pe care le va vedea pacientul și totuși este remarcabil cât de puțin vede de fapt pacientul. Nu este neobișnuit ca un pacient să întrebe după câțiva ani de tratament: „Ați avut întotdeauna tabloul acela?" Ceva s-a schimbat în pacient sau în relație atunci când acel tablou sau obiect devine deodată vizibil.

Atmosfera plăcută a cabinetului poate să contribuie la capacitatea pacientului de a realiza a doua parte a definiției: „o remarcă intimă", precum în: „stătea acolo, schimbând intimități cu un străin". Aceasta este într-adevăr natura analizei, cu o mențiune importantă: analistul nu-și comunică propriile povești în fața pacienților. Numai pacientul încearcă să se dezvăluie, în timp ce vorbește cât poate de liber despre gândurile, sentimentele și evenimentele din viața sa. Între timp, detaliile vieții analistului nu sunt (în general) dezvăluite.

Să privim situația analitică mai îndeaproape. O persoană intră în cabinet, se întinde pe divan și începe să-și dezvăluie cele mai delicate sentimente, cele mai adânc ascunse secrete și povești de viață, multe dintre care nu au fost niciodată puse în cuvinte. Între timp, analistul stă

exact în spatele pacientului, ascultând și comentând sau interpretând ocazional spusele acestuia. Într-un fel, asocierea liberă se aseamănă unei meditații cu voce tare, în prezența unui martor. Împreună, diada analitică încearcă să ia zgura „profană" a vieții de zi cu zi și să o transforme în aurul „sacru" al înțelegerii. Pentru a face acest lucru, analistul trebuie să mențină un sentiment de separare, păstrând în minte faptul că aceste întâlniri sunt în beneficiul analizandului, care își asumă o poziție vulnerabilă, atât din punct de vedere fizic, cât și psihic.

Deși pacientului s-ar putea să nu îi pară așa, analistul se pregătește și el pentru o întâlnire emoțională solicitantă, al cărei rezultat este incert. Așa cum afirmă Poland (2017):

> *Oricât de mult mi-aș dori să-mi fac meseria, oricâtă plăcere îmi face aceasta, oricât de mult cred că posibilitatea reușitei justifică suferința care urmează, tot mai există un lucru pe care îl știu. Iar acesta este că, orice s-ar întâmpla, această nouă analiză va pătrunde în zone în care nu vreau să intru, în frici pe care aș prefera să le țin ascunse. Și știu că, oricare ar fi acestea, nu vor fi ceea ce aș fi putut prezice sau bănui la început. Ceea ce mă va face să-mi doresc să mă fi aflat altundeva se va ivi pe neașteptate, de după colț.*
>
> *(p. 84)*

Indiferent care ar fi rezultatul analizei, atât analistul, cât și pacientul vor fi inevitabil transformați de relația lor în maniere neprevizibile.

Întorcându-ne la a treia definiție oferită de *Oxford American Dictionary*, intimitatea mai este definită și ca o „apropiere în observație sau în cunoaștere". Și această explicație se aseamănă naturii psihanalizei, de vreme ce atât analistul, cât și analizandul dezvoltă o înțelegere din ce în ce mai nuanțată și mai profundă a lumii interioare a pacientului. În vreme ce este clar că analistul va ajunge să cunoască

foarte multe cu privire la pacientul său, este posibil ca și pacientul să cunoască mult mai multe despre analist decât presupunem de obicei. Dată fiind frecvența ședințelor, perechea analitică chiar învață să „trăiască împreună" de-a lungul trecerii anotimpurilor, pe parcursul unei perioade de câteva luni sau ani (Edward Kushner, comunicare personală, 17 martie 1994). Sunt zile bune, zile proaste, zile revelatoare și zile sterile. Unicitatea acestei intimități cotidiene este specifică analizei. Mai ales astăzi, majoritatea oamenilor vor petrece un timp de calitate cu analistul, care nu se regăsește niciunde altundeva în viețile lor.

Ultima definiție oferită de dicționar sugerează că intimitatea este un eufemism pentru „un act intim, în special raportul sexual". Iată aici intimitatea analitică scăpată de sub control, în care condițiile descrise mai sus au copleșit capacitatea unuia dintre participanți ori pe a amândurora de a menține o relație terapeutică, în serviciul rezultatelor terapeutice de succes ale pacientului. Parametrii de protecție, atât a analistului, cât și a pacientului, față de dorințele de apropiere care se nasc într-o asemenea atmosferă nu au fost niciodată perfecți. Cu toate acestea, în cazul în care conversațiile dintre analist și pacient sunt prea formale și restricționate, există oare posibilitatea de a avea loc ceva viu sau autentic semnificativ într-o ședință?

Pe măsură ce se derulau episoadele din *In Treatment*, conversațiile intime care aveau loc în cabinet între dr. Paul Weston și pacienții săi au devenit, în cele din urmă, mult prea „intime", încălcând parametrii delimitați de Eissler în 1953, elaborați cu intenția de a crea un mediu de susținere sigur atât pentru analist, cât și pentru pacient. Atunci când, în timpul primului sezon, viața doctorului Weston începe să se destrame, Paul (cum îi spuneau pacienții săi) își pierde capacitatea de a rămâne dedicat ajutorului acordat pacienților pentru a se înțelege pe ei înșiși. În schimb, vrea să-i ajute implicându-se în viețile

lor, impregnând ședințele cu propriile-i nevoi și dorințe inconștiente. Deosebita empatie pe care o avea față de pacienții săi, inițial o forță a binelui, se deteriorează pe măsură ce începe să se folosească de accesul său privilegiat la viețile lor interne pentru a-și satisface propriile nevoi. Acestea sunt pericolele care îi însoțesc pe analist și pacient în timp ce se angajează în conversații personale, ce au ca scop alinarea pacientului.

Perspective istorice și teoretice

Pe măsură ce teoria psihanalitică a evoluat, la fel s-a întâmplat și cu rolul intimității, deși acesta este rar pus în discuție ca atare. Articolele cu privire la rolul intimității au devenit din ce în ce mai numeroase la începutul anilor '70, într-o perioadă în care revoluția socială și politică pătrunsese în întreaga cultură, ca reacție la Războiul din Vietnam. Timothy Leary a surprins spiritul american al vremii atunci când a rostit pentru prima oară îndemnul de „a pune la îndoială autoritatea". Mișcarea umanistă a luat naștere ca antidot la abordarea elitistă a „analistului omniscient", care dominase psihologia în anii '50. „Terapia centrată pe client" a lui Carl Rogers (1942) a devenit populară. Terapeutul nu mai era deținătorul răspunsurilor. În schimb, acesta îi reflecta înapoi „clientului" (care acum nu se mai numea „pacient", ci „client") ceea ce tocmai spusese acesta, conform opiniei că înțelepciunea putea fi atinsă de clientul însuși. Empatia lui Kohut (1977) față de vulnerabilitățile narcisice ale pacientului a deschis porțile unei epoci în care pacienți considerați „neanalizabili" anterior erau acum considerați tratabili.

În cadrul unui articol de pionierat, Levenson (1974) a reexaminat conceptul de intimitate. Potrivit autorului,

în primele sale utilizări conceptuale, intimitatea apare ca o experiență privată care rezidă în interior, reprezentând „cele mai private și nedezvăluite părți ale persoanei" (p. 360). În perioada de început a anilor '70, intimitatea evolua într-un concept interpersonal care descria „ambianța de implicare sau apropiere dintre terapeut și pacient care caracterizează «alianța terapeutică pozitivă» — acea stare de bună intenție fără de care terapeutul nu ar putea face nimic, indiferent de gradul său de virtuozitate sau de profunzime" (p. 359). Anterior acestei perioade, atât pacienții, cât și analiștii împărtășeau mitul perfectibilității. Prin îndeajuns de multă muncă, nevrozele puteau fi soluționate, iar distorsiunile transferului și contratransferului puteau și acestea să fie clarificate. Noțiunea de analist drept un ecran alb sau tabula rasa a început să pară din ce în ce mai arhaică, precum și irealizabilă. În lumea postmodernă, devenea din ce în ce mai evident că analistul nu este și nici nu a fost vreodată o entitate total neutră.

Modelele interpersonal, intersubiectiv și relațional au furnizat maniere alternative de privire a relațiilor terapeutice. Așa cum a evidențiat Levenson, odată ce a fost demitizată ideea că analistul și pacientul ar avea capacitatea de a-și elimina complet nevrozele și distorsiunile transferențial/contratransferențiale, în prim-plan au trecut spontaneitatea și autenticitatea, cu toate posibilitățile implicate de complicații, dar și de creștere. Am putea spune că a avut loc o recunoaștere graduală a faptului că o cunoaștere integrală a proceselor inconștiente ale unui individ de către oricare dintre părți este imposibilă. În schimb, acceptarea idiosincraziilor ambelor părți părea nu numai mai realistă, ci și mai terapeutică. „Mai degrabă decât să decontamineze relația, efortul analitic va viza o trăire a acestei relații în lipsa mistificărilor; ideea este de a vedea relația așa cum este, fără a încerca să o schimbăm sau să o îmbunătățim" (p. 363). Levenson susținea cu fermitate că analistul „nu

trebuie să se utilizeze pe el însuși ca pârghie pentru a-l împinge pe pacient înspre schimbare" (p. 365). Autorul a mers chiar mai departe:

> *„Toate interpretările psihodinamice, la fel ca toate metapsihologiile, devin în cele din urmă acte de contratransfer." Pacienții nu se schimbă pentru că au primit informații noi despre ei înșiși grație unor interpretări inteligente, ci se schimbă prin intermediul experienței rezonanței interpersonale care permite o creare de tipare noi pentru informațiile înmagazinate.*
>
> *(p. 367)*

Aș adăuga că această rezonanță are loc și în interiorul analistului, iar pentru mine constituie un exemplu al momentelor de intimitate incluse în parcursul unei ședințe.

Shane și Shane (1977) sugerează că limitele și posibilitățile de intimitate cu un pacient depind în foarte mare măsură de diagnosticul pacientului, în mod deosebit de maniera în care pacientul îi percepe pe ceilalți — ca obiecte ale sinelui sau ca obiecte clar separate. Atunci când o persoană îi privește pe ceilalți ca obiecte ale sinelui, aceștia sunt apreciați pentru capacitatea lor de a sprijini și de a menține sinele subiectului și de a realiza autoreglarea și autoredresarea. Autorii pun această variantă în opoziție cu relaționarea intersubiectivă, „în cazul căreia celălalt este resimțit de către subiect nu doar ca separat și distinct din punct de vedere psihic, ci și ca persoană de sine stătătoare, cu propriile-i țeluri și aspirații, precum și cu o lume internă pe care subiectul dorește s-o împărtășească în cadrul unei apropieri intersubiective" (p. 74). În cazul pacienților care-și folosesc analistul în principal ca pe un Eu cvasiauxiliar și un furnizor de resurse emoționale, este nevoie să se stabilească limite ferme. În această situație, este posibil ca analistul să se simtă frustrat și furios că

este folosit într-o asemenea manieră utilitaristă. Se poate dezvolta o puternică tentație contratransferențială de a-l face pe pacient conștient de analist drept persoană de sine stătătoare. Sentimentul de a fi folosit ca obiect al sinelui îl poate face pe analist să se simtă minimizat, ranchiunos sau chiar sadic.

Pe de altă parte, pacienții care manifestă îngrijorare și înțelegere față de analist pot de asemenea să-l stimuleze pe acesta în a-și dori o relație mai profundă, mai reciprocă. De-a lungul continuumului analizelor mai interpersonale sau mai relaționale, limitele sunt mai fluide, granițele nu mai sunt atât de bine marcate. În cazul în care căutăm ceea ce Guntrip a numit un „moment de reală întâlnire" (citat în Ehrenberg, 1974, p. 427), un moment în care distorsiunile transferului și contratransferului s-au dizolvat, iar analistul și analizandul se pot întâlni față în față drept două ființe umane, ce s-a întâmplat pentru ca acel moment să fie posibil? Yerushalmi (2013) echivalează intimitatea cu momentele de întâlnire și spune că aceste momente au loc atunci când „doi oameni stabilesc un contact spontan, activ și nonverbal, astfel extinzându-și și aprofundându-și relația și înțelegerea cu privire la aceasta. Este vorba despre o oportunitate deosebită, în care o întâlnire autentică, tangențială, are loc între cei doi într-o manieră neintenționată și neprevăzută" (p. 682). Dar autorul avertizează că aceste momente ar putea de asemenea să accentueze dorința de a fi „înțeles și atins emoțional" a terapeutului și nu doar a pacientului, ceea ce adesea nu se discută printre analiști, în detrimentul acestora. Există momente, mai ales în ce-i privește pe anumiți pacienți (Schaffer, 1995), în care analiștii pot trăi o profundă singurătate în munca lor. Deseori, acest lucru poate produce evitarea inconștientă a pacientului, manifestată sub forma unei plictiseli disociative, a somnolenței și a sentimentului de neajutorare. În absența unui doliu cu

privire la ce nu putem și nu ar trebui să ne așteptăm să primim din relația cu pacienții noștri, ne asumăm riscul tuturor tipurilor de puneri inconștiente în scenă, care pot fi destul de periculoase, mai ales dacă nu ajung niciodată la un nivel conștient, pentru a fi analizate.

Când mi-am început formarea psihanalitică în cadrul unui institut clasic, bazat pe psihologia Eului, am avut un seminar în care am fost întrebați dacă eram de părere că am fi avut parte de aceeași analiză dacă am fi avut un analist diferit. M-am gândit că ideea era absurdă, „bineînțeles că nu!" Personalitatea și reacțiile analistului față de mine ar fi fost atât de specifice, încât, chiar dacă aș fi avut de explorat aceleași conflicte, maniera în care ar fi fost acestea explorate și modul în care m-aș fi simțit eu făcând acest lucru ar fi fost și ele complet specifice. M-am întrebat atunci, la fel cum o fac și acum, dacă acea întrebare nu se datora mai degrabă faptului că pe atunci încă se considera că neutralitatea și abstinența analitică sunt posibile. Pe vremea când mi-am început formarea, la mijlocul anilor '90, mi s-a spus de către un supervizor că ar trebui să mă abțin de la a face atâtea interpretări (care, oricum, în acel punct al carierei mele, nu erau niște adevărate interpretări). Mi s-a recomandat ca numărul ideal să fie de una sau două pe ședință. Citindu-i notițele din ședință unui alt supervizor, aceasta nu făcea decât să-mi răspundă, din nou și din nou, „eu nu ți-aș fi spus asta". În propriul meu mod, încercam să descopăr cum să fiu analist, dar să fiu și eu însămi. Dacă nu puteam să fiu cel puțin în parte autentică pe parcursul ședinței, aș fi fost incapabilă să gândesc, aparatul meu de gândire ar fi fost paralizat de „eu nu aș fi făcut asta".

Dar urmasem și cursurile unui program de psihologie umanistă, unde fusesem încurajați să ne „împărtășim" ideile și sentimentele oricând consideram de cuviință. Acest lucru ar fi putut degenera într-un haos egalitar de oferire de sfaturi. În acea perioadă, am intrat pentru prima oară

într-o terapie individuală. Era la scurtă vreme după moartea tatălui meu și primisem două recomandări; ambii terapeuți aveau un foarte bun renume. Prima analistă cu care m-am întâlnit avea cabinetul într-o clădire dărăpănată dintr-o zonă industrială a orașului. Încăperea în care ne-am întâlnit era zugrăvită cu un fel de verde marin, care-mi amintea de birourile administrative dintr-o școală generală ponosită. Cu toate acestea, m-a ascultat o vreme îndelungată și a constatat simplu că părea să fie o perioadă derutantă pentru mine, iar eu păream să mă aflu oarecum în derivă. Am plecat de la acea întâlnire simțindu-mă jalnic, dar având și sentimentul că fusesem înțeleasă cu acuratețe. Acest lucru îmi dădea un puternic sentiment de ușurare. Întâlnirea fusese intimă, prin faptul că mă simțisem liberă să spun lucruri pe care nu le exprimasem față de nimeni altcineva, lucruri pe care nici măcar eu nu știusem că le simțeam încă.

Cealaltă terapeută ar fi putut să fi venit direct de pe un platou de filmare, cu părul ei alb, ochii de un albastru intens și șalul ei tradițional, cu o frumoasă broderie. Mi-a spus: „Îmi amintesc cât de greu mi-a fost când mi-a murit tatăl". I-am simțit empatia și dorința de a-mi ușura durerea, dar am simțit și că nu-mi doream să mă gândesc la tatăl ei; nu ne cunoșteam, așa că m-am întrebat: Cum ar fi putut ea să-și imagineze cum să se raporteze la mine cu privire la tatăl meu? Aveam nevoie de spațialitatea tăcerilor, de sentimentul tăcut că durerea mea era susținută, dar nu invadată, și de interpretările care-mi permiteau să-mi accesez inconștientul și să descopăr lucruri despre mine pe care nu le știusem înainte. Simțeam că travaliul trebuie să fie lipsit de dogmă și de intruzivitatea unui celălalt supraimplicat.

În 1974, Ehrenberg a aplicat teoria „interumanului" (Buber, 1958) a lui Martin Buber la psihanaliză. Buber afirmase că acest sentiment de a fi umani împreună există doar în dialogul pe care doi oameni îl au unul cu celălalt și nu separat, în fiecare dintre cei doi indivizi, și nici măcar

în diada de sine stătătoare. Autoarea îl citează de asemenea pe Winnicott (1960b), a cărui opinie era că o creare a unui mediu de „susținere" sigur i-ar permite pacientului să-și dezvăluie „sinele adevărat". Ehrenberg a introdus conceptul de „vârf de intimitate", adică „acel punct de contact maxim și recunoscut la orice moment dat al unei relații lipsite de fuziune, precum și de încălcarea separării și integrității fiecărui participant" (Ehrenberg, 1992, p. 424). Menținându-și atenția asupra calității acordajului dintre membrii perechii analitice, amândoi pot identifica defensele pe măsură ce acestea apar, precum și diferitele niveluri de implicare în ce privește disponibilitatea de a se conecta. Conținutul producțiilor unui pacient și nivelul de implicare dintre membrii perechii analitice se mișcă înainte și înapoi între figură și fond. În cadrul formulării conceptului de „vârf de intimitate", Ehrenberg subliniază faptul că „intimitatea este ceva care trebuie creat în mod activ" și că „atenția reciprocă acordată dificultăților implicate în acest efort de colaborare devine suportul procesului terapeutic" (p. 435). Mai degrabă decât să fie ceva de la care să ne abținem, intimitatea psihanalitică devine balsamul tămăduitor al procesului terapeutic. Mai mult decât atât, această intimitate poate contribui și la creșterea terapeutului, iar dacă pacientul știe acest lucru, o astfel de conștientizare poate constitui un catalizator al unui număr chiar mai mare de schimbări ale pacientului. Autoarea nu se întreabă dacă o parte a motivației analistului în alegerea acestei profesii nu e cumva legată de posibilitatea vindecării analistului.

Această oportunitate de existență a unui „vârf de intimitate" creat prin reciprocitate poate, de asemenea, să prezinte o pantă alunecoasă înspre un soi de „proastă implicare" terapeutică. Bollas (2006) își exprima îngrijorarea cu privire la faptul că, dată fiind această tendință mai nouă către implicare, analiștii au uitat importanța ascultării atente a pacienților. Bollas spune:

În ultimii ani, m-a îngrijorat o răspândire surprinzătoare a lipsei de interes din partea terapeuților și a analiștilor față de ce spune de fapt analizandul. Cuvintele esențiale de la începutul unei ședințe, selecția inconștientă a temelor, tiparul de idei care se revelează (în cele din urmă) prin mișcarea de la o temă la alta, tonalitatea anumitor fraze, efectul evocator și cu multe posibile ramificații ale unui singur cuvânt și conținutul bogat al aluziei făcute printr-o metaforă prezintă atât de puțin interes pentru mulți clinicieni, încât aceste aspecte fie nu sunt păstrate în amintire, fie sunt trecute cu vederea.

(p. 714)

Bollas propune conceptul de „identificare perceptivă", care se bazează pe capacitatea sinelui de a percepe obiectul ca pe un lucru de sine stătător. Dacă sinele poate face acest lucru, atunci se poate bucura de calitățile obiectului și se poate sprijini de integritatea obiectului. Cu cât mai mult poate acesta să perceapă obiectul drept ceva de sine stătător, cu atât mai mult acest obiect va putea fi perceput ca diferit de sine. Acest model presupune *juisanța* diferenței (nu a similitudinii) și valorizează implicit caracterul separat al obiectului. Formularea autorului constituie un ecou al opiniei lui Winnicott (1960b), că este foarte important ca analistul să nu știe răspunsurile decât în aceeași măsură în care pacientul oferă indicii, fapt valabil doar cu excepția situațiilor în care pacientul este regresat până la un stadiu de copilărie timpurie sau la o stare de fuziune.

Există o permanentă dezbatere cu privire la întrebarea dacă analistul trebuie să fi avut aceleași experiențe cu ale pacienților săi pentru a-i putea înțelege cu adevărat. Această chestiune este adesea adusă în discuție în domeniul dependențelor, în care unele voci spun că trebuie să fi fost alcoolic pentru a trata unul. În realitate, este desigur imposibil să fi avut fiecare experiență din lume, deși analistul își utilizează experiențele în fiecare zi, în efortul de

a pătrunde în lumea pacientului. Când îmi ascult un pacient, descopăr că începe să mi se formeze în minte imaginea variatelor personaje/obiecte interne care sunt descrise. Vizualizez case, după-amiezi de vară, profesori de liceu și multe altele, în vreme ce încerc să pătrund în lumea pacientului. Acestea mă conduc invariabil la propriile-mi asociații cu ciripitul păsărilor și mirosul de iarbă proaspăt tunsă din propriile-mi după-amiezi de vară. Pe măsură ce pacientul continuă, încep să-mi imaginez cum s-a simțit pacientul în aceste circumstanțe și se creează un joc între asociațiile libere ale pacientului și asociațiile mele. Eforturile pe care le fac sunt stimulate de gândurile și amintirile pacientului, dar eu îmi revizitez invariabil diferite părți din viață, adesea rămase în adormire de ani buni. Inevitabil, circumstanțele amintirilor pacientului se îndepărtează de ale mele și, pe măsură ce le urmez în minte, emerg de asemenea noi *insight*-uri cu privire la propria-mi viață. Mai târziu, reflectând la ședință, voi procesa ceea ce mi-a spus pacientul și ceea ce au scos la suprafață propriile-mi asociații. Contemplarea asupra ambelor seturi de asociații constituie un proces sintetic care permite crearea de noi tipare, descrisă anterior ca parte a experienței de rezonanță. Joseph (1993) scrie următoarele:

> *De obicei, atunci când îi oferim o interpretare unui pacient, ne așteptăm la o reacție. Aceasta poate fi o reflecție conștientă, reflecție cu privire la ce s-a spus, dar este totuși mai mult o procesare inconștientă sau stabilirea inconștientă a unei conexiuni pe care am descrie-o în psihanaliză ca rezonanță.*
>
> *(p. 1001)*

Pentru mine, această afirmație se aseamănă cu ce sugerează Poland (2017) atunci când spune că „procesul de contopire și cel de separare reprezintă atât esența lecturii, cât și a analizei" (p. 122). Continuă prin a parafraza

observația lui Proust că, deși cititorul este angajat într-o conversație cu autorul, fiecare dintre noi citește înconjurat fiind de propria-i solitudine. Poland susține că ceea ce se asimilează în cele din urmă într-o analiză are loc în interiorul spațiului personal al sinelui.

Momente clinice de intimitate

În cadrul acestei secțiuni, aș dori să prezint varii situații clinice care, pentru mine, reprezintă manifestări a ceea ce am resimțit ca fiind momente intime ce au avut loc în cabinetul meu. Experiența a ceea ce este „intim" este specifică și unică pentru fiecare, așa că vor exista dezaprobări cu privire la alegerile mele. Vinietele care urmează reprezintă momente din analize diferite. Uneori, spusele pacientului mă făceau să văd într-o nouă lumină un lucru cu privire la mine însămi sau la lume. Alteori, este vorba despre privilegiul de a fi auzit ceva dezvăluit pentru prima oară, atât de sincer și de pur în adevărul său, încât mi-a creat un sentiment de smerenie. Iar alteori, poate exista un sentiment de acordaj atât de deosebit, care este precum o notă muzicală perfectă. Uneori, se întâmplă pur și simplu în spațiul dintre noi, spațiul potențial, dacă doriți, și nu sunt cuvinte care ar putea-o exprima. În mod inevitabil, voi omite să menționez un mare număr de exemple excelente, dar există speranța că cele oferite mai jos vor genera discuții ulterioare.

Rezonanță

Îmi amintesc în mod distinct dimineața când dna A., o pacientă pe care o aveam de mult timp, s-a așezat pentru prima oară pe divanul meu. La scurtă vreme după ce

începuserăm o psihoterapie bisăptămânală, ea și-a dorit să trecem la o analiză clasică, pe divan. Ea venea dintr-o familie haotică și disfuncțională, marcată de divorțuri, droguri și transgresări constante ale limitelor. Chiar dacă istoricul său nu sugera că ar fi fost un candidat potrivit pentru analiza clasică, motivația, inteligența și deschiderea ei față de propriile sentimente o recomandau pentru acest format. Din varii motive (incluzând un supervizor care conchisese, pe baza istoricului ei, că era neanalizabilă și, în consecință, nepotrivită pentru a reprezenta un caz de formare), amânasem acest moment ani la rând. În sfârșit, îmi terminasem formarea și mă simțeam încrezătoare că pacienta era intactă și profund motivată. Atunci când într-o zi a spus: „Nu sunt sigură că mai putem face multe aici rămânând pe fotoliu; mi-aș dori atât de mult să fi putut face o analiză", am putut să-i răspund că eram de fapt întru totul liberă să începem analiza, pentru că-mi terminasem formarea și puteam să iau această decizie pe cont propriu. Aș spune că această dezvăluire din partea mea, atât a faptului că-mi finalizasem formarea, cât și că aveam încredere în ea, a fost un moment intim care a avut consecințe de durată pentru noi. Stipularea faptului că un potențial analizand trebuie să semneze un acord prin care își asumă luarea la cunoștință a faptului că analistul său se află în formare constituie o intervenție extrem de intruzivă într-o analiză. Este interesant faptul că nu există nicio procedură pentru ca analistul proaspăt certificat să anunțe că și-a finalizat cu succes formarea, așa că această dezvăluire a fost una neobișnuită. A semnalat faptul că eu atinsesem un anumit nivel de expertiză și că aveam încredere și în „expertiza" ei adecvată pentru urmarea unei analize de succes.

Așadar, în clipa în care dna A. s-a întins, am avut un sentiment de tandrețe, cum am aproape de fiecare dată când cineva se întinde pentru prima oară. A răsuflat adânc,

descriindu-mi apoi ce vedea cu un sentiment de uluire, „este ca și cum sunt înăuntru, uitându-mă împrejur, iar acolo este un râu, și păduri, și flori. Este ca și cum sunt atât de multe înăuntrul meu". Am simțit o plăcere deosebită auzindu-i cuvintele, care au prefigurat experiența ei ulterioară în analiză. În ciuda unei copilării extrem de dificile, cu mulți pași greșiți, rămăsese dedicată dorinței de a-și crea o viață mai bună. În primele ei momente de pe divan, mi-a amintit de propriul meu sentiment de bucurie și nerăbdare de când mi-am început analiza, precum și de recenta mea absolvire. Am avut un sentiment de înțelegere intimă ori poate un cuvânt mai bun ar fi de rezonanță cu experiența ei. N-a fost nevoie de cuvinte, deși se poate să-i fi răspuns printr-un „mmhm" blând, de încuviințare. Acestea ar putea fi descrise și ca un soi de experiență de vârf, un moment pe care m-am simțit privilegiată să-l împărtășesc cu ea.

Familiaritate

În cadrul acestei viniete, dl W. m-a făcut să conștientizez diferența dintre intimitate și familiaritate, diferență care, în mintea sa, limita spectrul a orice am fi putut eticheta drept intim cu privire la ceea ce el numește „relația noastră". Acesta a fost pentru mine un moment de revelație, care mi-a confirmat sentimentul că, deși avem momente intime cu pacienții, momente care nu ar avea loc în niciun alt context, ele se circumscriu (așa cum și trebuie) sarcinii analitice. Analiza nu poate constitui un substitut de lungă durată pentru a-ți trăi viața reală.

Dl W. fusese în analiză timp de câțiva ani. Îi fusesem recomandată de terapeutul unui văr din alt oraș. În ciuda faptului că avea dificultăți de menținere a relațiilor, atât în viața profesională, cât și în cea personală, găsea consolare în ideea că era o persoană specială. Parte din această

perspectivă asupra lui însuși se sprijinea pe ideea că se afla în cea mai provocatoare formă de tratament disponibilă, din punct de vedere intelectual, psihanaliza, și nu într-o formă de tratament mai de rând, precum terapia cognitiv-comportamentală. Era important pentru el să-și mențină această perspectivă că analistul era un „profesor", aproape în tradiția unor guru, și, în consecință, o persoană superioară de asemenea. Uneori în timpul ședințelor, țipam în capul meu „Nu sunt profesoara ta! N-am spus niciodată asta!" În realitate însă rămâneam în tăcere de-a lungul multor ședințe, întrebându-mă cum ar putea fi vreodată deconstruit acest fals edificiu. Într-o zi, a venit cu un vis care părea să-i provoace un foarte mare sentiment de liniște. În acesta, fusese în cabinetul meu, unde mă folosisem de forme geometrice ca să-i vorbesc despre complexitățile psihanalizei. Acest lucru era extrem de gratificator pentru el, simțind că îl introduceam în complexitățile mai subtile ale procesului. În același timp, simțea că-l ajuta să-și înțeleagă sentimentele. I-am spus că urma să mă văd cu un prieten și că trebuia să plec. M-a rugat să-l las și pe el undeva, dar am fost inițial reticentă în a-l lua cu mine, deși în cele din urmă am acceptat. Am mers cu mașina până la un local fast-food unde se serveau burgeri, în mașina mea americană de dimensiuni medii. Acolo m-am întâlnit cu un prieten care părea în mod evident mai puțin sofisticat decât modul în care mă privea pacientul pe mine în acea perioadă. I-am părut mai „obișnuită". Cu toate acestea, simțea că acum vedea mai mult din mine, iar acest lucru a disipat tensiunea pe care o simțise ca văzându-mă la alt nivel decât el. Și eu am resimțit o nouă libertate de a-mi gândi propriile gânduri în ședință, dată fiind această nouă dezidealizare a mea. În plus, dl W. simțea acum că avea un context pentru relația noastră care nu există în viața reală. Pentru el, relația noastră se normalizase, întrucât avusesem o serie

de interacțiuni obișnuite unul cu celălalt, de exemplu mersul cu mașina mea neinteresantă până la un restaurant de duzină, unde mă întâlnisem cu un prieten neimpresionant. Găsise că visul său era „personal" în banalitatea sa. În vreme ce prietenii vorbesc despre activități obișnuite ale vieții cotidiene precum liste de cumpărături sau ce să comande într-un restaurant, analiștii și analizanzii nu schimbă astfel de complezențe familiare, asemenea celor care alcătuiesc țesătura vieții de zi cu zi. Pacientul a observat că transformarea inconștientului în conștient chiar este un eveniment dramatic care îți schimbă viața, dar plimbatul câinelui și vorbitul cu vecinii, i.e. împărtășirea de lucruri simple, au un fel de intimitate proprie, una care nu este posibilă în cadrul mai formal al cabinetului. Acest pacient a semnalat că, deși se poate să avem unul cu celălalt conversații intense despre cele mai profunde părți ale psihicului său, conversații pe care nu le-ar avea cu nimeni altcineva și pe care nimeni altcineva nu le-ar înțelege, încă simte o anumită tensiune în privința mea, care crede că s-ar diminua dacă ar ști mai multe despre aspectele cotidiene ale vieții mele private.

Imersați cum suntem în lumea psihanalizei, uităm că oamenii care vin la noi nu sunt prinși în același univers. Aceștia ni se adresează pe calea unei recomandări pozitive sau chiar a unei căutări pe internet. Pentru majoritatea oamenilor, întâlnirea analitică este o situație stranie, care nu seamănă cu nicio alta. Ca practicieni, am auzit despre analiștii noștri de la alții din școlile noastre de formare și, chiar dacă există un efort de a menține anonimitatea analistului, știm destul de multe unul despre altul doar fiind parte a aceleiași profesii și, uneori, a aceleiași școli de formare. Ca analiști, am fost îndoctrinați cu normele domeniului nostru, pe care le știm deja foarte bine atunci când ne începem analizele de formare. Vorbim cu colegii noștri despre experiențele noastre; pentru noi, acest

lucru este la fel de „familiar" cum este pentru pacientul menționat mai sus să se întâlnească cu un vecin în timp ce își plimbă câinele. Visul său, în care eram dispusă să-l învăț despre mecanismele interne de funcționare ale psihanalizei prin intermediul acestor forme geometrice și să-l iau apoi cu mine în mașină a fost atât de puternic, încât s-a simțit mai confortabil cu mine după aceea. De fapt, în visele ulterioare din acea săptămână, s-a simțit capabil de a face lucruri pe care nu le-ar fi putut face în mod obișnuit și a atribuit acest fapt visului despre interacțiunea noastră. A avut o experiență de intimitate sau familiaritate în vis pe care nu o trăise cu mine în persoană și pe care eu nu o simt în general cu el. Asemenea pacienților descriși de către Shane și Shane (1997), îl resimt drept un pacient care mă folosește pentru a-i susține stima de sine și nu ca pe o entitate autonomă. Este adesea dificil să accept rolurile în care sunt poziționată. În mod paradoxal, el este singurul pacient pe care l-am avut vreodată care îmi oferă cu regularitate un cadou de Crăciun. Aproape întotdeauna, este o carte care mă interesează și adesea este o carte pe care tocmai m-am gândit s-o cumpăr. La un anumit nivel, intuiește foarte multe lucruri corecte despre mine, mult mai multe decât îmi dau eu seama.

Reverie

Cu mulți ani în urmă, am avut un pacient, dl Y., a cărui poveste de viață nici că mi-aș fi putut imagina să fi fost mai diferită decât a mea. În timp ce familia mea era permanent implicată în ce mă privea, familia lui îl lăsa singur în casă veri întregi, în vreme ce ei călătoreau. Părinții mei aveau interese tradiționale, iar conversațiile lor erau adesea centrate în jurul sportului, în timp ce părinții lui aveau preocupări intelectuale și o sofisticare multiculturală care îi conferise lui statutul de cetățean al lumii.

Crescusem în părți diferite ale țării, experiențele noastre educaționale fuseseră total diferite, dar era un lucru pe care îl împărtășeam. Viețile noastre fantasmate aveau o incredibilă asemănare (deși, desigur, numai eu știam acest lucru). Când dl Y. descria modul în care își dorea să arate apartamentul său — un fotoliu Morris, covorașe din iută și rafturi de cărți care să acopere pereții de la podea până la tavan —, descrierea sa era făcută cu atâta drag, încât aproape că puteam să miros pielea fotoliului. Ideea sa pentru ce-ar însemna o zi perfectă era de a o petrece ghemuit în fața unui foc, citind un roman de Edith Wharton, ceea ce suna minunat, dar și puțin exagerat sau studiat. N-am avut niciodată ocazia să spun nimic din toate acestea, dar, din când în când, spuneam ceva care rezona cu el și dezvăluia că eram pe aceeași frecvență. Într-o dimineață, mi-a descris dorința sa de a-și fi trăit viața pe deplin, și nu cu precauție, atât de deplin încât ar fi fost plin de semne și cicatrici, mărci ale curajoasei sale implicări în lume. Acesta era celălalt pol al fantasmei sale cu privire la o viață contemplativă, îmbogățită de o imersiune în literatură și biblioteci. M-am surprins gândindu-mă la cartea pentru copii a lui Marjorie Williams (2018), numită *Iepurașul de catifea*. Toate personajele din aceasta sunt animăluțe de pluș, iar în acest pasaj, Căluțul de Piele îi explică unui iepuraș de pluș cum să devină Adevărat, nu doar un animăluț de pluș.

> *„A fi Adevărat nu are nimic de-a face cu felul în care ești făcut", zise Căluțul de Piele. „E ceva ce ți se întâmplă. [...] Nu se întâmplă dintr-odată. [...] E nevoie de timp — de mult timp — ca să devii Adevărat. De aceea nu prea li se întâmplă celor care se strică ușor, care au muchii ascuțite sau celor care trebuie tratați cu mănuși. De obicei, pe când devii Adevărat, cea mai mare parte a părului ți-a căzut de cât de mult ai fost iubit, ochii ți-au ieșit din orbite, articulațiile abia te mai țin și ești tare ponosit.*

Dar toate acestea contează prea puțin, pentru că, odată ce ești Adevărat, nu mai poți fi urât decât în ochii celor care nu înțeleg."
(p. 15)

Spre surprinderea mea, dl Y. a început să plângă. Așa cum se întâmplă uneori, încăperea a devenit tăcută și nemișcată, auzindu-se numai sunetul lacrimilor sale. Sunetul mașinilor de afară părea la fel de liniștitor ca bâzâitul albinelor într-o zi de vară. Am așteptat. „Tocmai mă gândeam la cartea aceea", a spus. „Și mă întrebam unde era exemplarul meu din copilărie, pentru că voiam să v-o dau dumneavoastră când plec." Atunci când a și plecat, câteva zile mai târziu, mi-a dat o versiune cu coperte necartonate a cărții, spunându-mi că n-a găsit-o pe a lui, cea din copilărie. Era un facsimil al versiunii „adevărate", care avusese loc în acea după-amiază rece de primăvară.

Sensibilitatea estetică ce exista în fantasmele noastre constituia spațiul în care eu și dl Y. ne conectam. Sunt sigură că fuseseră și alte episoade de rezonanță cu el pe care nu mi le amintesc atât de viu; nu am întrebat niciodată explicit, iar el nu a spus-o niciodată, așa că nu știu dacă și el resimțea aceeași întâlnire a minților noastre. De-a lungul travaliului nostru împreună, viețile ne-au rămas diferite în aparența lor exterioară.

Reparații

Sentimentul de a fi înțeles greșit poate fi destul de devastator pentru orice relație. Atunci când un pacient este foarte sensibil și fragil, prezentarea politicii de anulare a ședințelor, a creșterilor de tarif și a interpretărilor, toate acestea pot fi foarte dureroase. La momentul la care au avut loc evenimentele pe care urmează să le relatez, o vedeam pe dna C., o femeie de succes, dar profund nesigură pe ea, de câteva luni. A fost nevoită să anuleze o

programare în ultimul moment. Când i-am dat factura la sfârșitul lunii, s-a înfuriat și s-a simțit rănită că o taxasem pentru acea ședință, ea respectând în totalitate cadrul în general. Chipul i s-a întunecat, bărbia a început să-i tremure și mi-a spus că va achita ședința, dar nu era mulțumită în această privință. La următoarea ședință, mi-a spus că aflase că asigurarea ei nu acoperea atât de mult din costurile ședințelor cum se așteptase și că se gândea că ar trebui să întrerupem tratamentul la sfârșitul anului; ne aflam în apropierea vacanței de iarnă. Pe parcursul ședinței, a reușit să-mi spună cât de tare o înfuriase faptul că o taxasem pentru ședința absentată. Atunci când am ascultat cu bunăvoință nemulțumirile ei, s-a simțit surprinsă și gratificată. Părinții ei îi ceruseră întotdeauna să examineze ce făcuse greșit în orice situație care îi provocase o supărare. Explorând antecedentele stării ei curente de supărare, a devenit din ce în ce mai încântată de capacitatea sa de a se exprima fără a părea să-mi facă vreun rău. Situația a trecut de la una în care se simțea tratată nedrept la una în care dna C. avea un sentiment de eliberare. A început să râdă, am râs apoi împreună, iar ea a recunoscut faptul că nu-și dorea de fapt să întrerupă tratamentul, ci doar să-și exprime furia. În săptămânile următoare, a adăugat că menținerea politicii mele privind plata ședințelor îi permisese să se comporte similar și la serviciu.

Mărturie

Unul dintre lucrurile pe care le facem pentru pacienții noștri este de a fi martorii poveștilor lor de viață. Aceasta este o sarcină pe care o desfășurăm de-a lungul unui număr de multe luni și uneori de ani. Deși aceste povești pot începe prin a fi niște mici narațiuni curățele, atunci când au existat traume puternice, nu vom auzi povestea într-o manieră directă. Privilegiul ascultării „celor mai

private și nedezvăluite părți ale persoanei" este cel care leagă analistul și analizandul într-o relație unică, una diferită de orice ar auzi vreodată altcineva. Această relatare dureroasă a istoricului de viață constituie o parte a relației intime pe care o avem cu pacientul.

Dna N., o tânără femeie inteligentă, a venit la mine când avea puțin peste treizeci de ani. Fusese într-o analiză de zece ani la cineva dintr-un alt oraș, dar se îndoia cu privire la profesia pe care și-o alesese și nu reușea să stabilească o relație de iubire stabilă. Își dorea cu ardoare să aibă o familie. Mi-a spus că îi fusesem recomandată de fratele ei vitreg mai mare. „Am avut o relație incestuoasă când eram mici, dar acum e cel mai bun prieten al meu", mi-a spus destul de nonșalant. Am avut un scurt moment în care mi-a trecut prin minte, „cât de modern", amintindu-mi de două surori pe care le cunoșteam, care locuiau împreună cu mama și tatăl lor vitreg într-o casă frumoasă, cu o cămară spațioasă folosită în vechime de majordom, plină de dulapuri de mahon, cu vitrine de sticlă, în spatele cărora cupe de cristal și pahare cu picior se aflau în așteptarea petrecerilor de societate. Aveau găletușe de gheață de argint cu monogramă și tabachere de modă veche. Părinții lor nu erau niciodată acasă, iar atitudinea nonșalantă pe care cele două o aveau cu privire la adulți mi se păruse întotdeauna cât se poate de rafinată. În retrospectivă, cred că erau destul de neglijate. Erau precoce, fără să fie mature. Toate acestea mi-au trecut prin minte în timpul acelei prime ședințe. M-am întrebat de asemenea dacă această ignorare a gravității abuzului era rezultatul unei analize mai sofisticate decât i-aș fi putut eu oferi, aflându-mă la începuturile carierei. Îi fusese dat atât numele meu, cât și cel al unui analist senior, intimidant ca nivel, din cadrul institutului meu. Analistul ei anterior avea, și el, mai multă experiență decât mine. Însă dna N. mă alesese pe mine, așa că urma să continuăm pe cât de bine puteam. Părinții săi trecuseră

printr-un divorț dur când ea era destul de mică. Atunci când tatăl său se recăsătorise, fusese recunoscătoare pentru atenția cu care o înconjura fratele ei vitreg, mult mai mare decât ea. De-a lungul timpului, am aflat că o instruise pentru mai mult decât prin câteva experiențe sexuale. Devenise un fel de guru pentru ea; îi modelase gândirea cu privire la toate, de la politică la literatură, la sex. Îi pusese la dispoziție materiale sexuale și avusese incredibila abilitate de a o face să creadă că ea le solicitase. Tot ceea ce făcea el, îi spusese, era să-i ofere ei ce-și dorea, inclusiv sex. Gândurile lui pătrunseseră în fiecare colțișor al minții ei, lăsând-o cu sentimentul că el fusese singura persoană din familie căreia chiar îi păsa de ea și care acorda atenție nevoilor ei. Nu-i de mirare că eu mă gândisem la frumoasele surori neglijate din conacul cel pustiu! Abia pe parcursul travaliului nostru, dna N. a început într-un sfârșit întreprinderea laborioasă de a și-l dezrădăcina pe acesta din minte. Deși abuzul sexual propriu-zis nu durase decât câteva luni, sentimentul că mintea îi era controlată de el se menținuse. Aproape că nu exista niciun palier al vieții ei care să nu fi fost contaminat de observațiile lui cinice. Îi crease sentimentul că ei doi erau superiori restului familiei, iar prin acest fapt o separase sistematic de oricine căruia ea i s-ar fi putut confesa. A durat ani de zile ca povestea să iasă la suprafață și ca relația pe care o avea cu fratele ei vitreg să înceapă să-i devină suspectă. Atunci când a început să vadă modurile prin care acesta îi exploatase inocența plină de nevoi, pierderea pe care a resimțit-o a fost devastatoare. El fusese ghidul ei în viață, cel mai drag prieten și cel mai mare trădător, deși ea nu putea și nici nu voia să accepte acest lucru în totalitate. De asemenea, îi oferise mai multă atenție decât oricine altcineva, o condusese constant la evenimente școlare, ocazii cu care vorbeau despre experiențele ei cotidiene și sentimentele pe care le avea față de prieteni. Îi dăduse sfaturi în toate domeniile. Începu să se întrebe

cum de toate acestea avuseseră loc în văzul mamei și al tatălui său. Nu se întrebase oare nimeni de ce acest frate mai mare petrecea o cantitate neobișnuită de timp cu sora lui mai mică, chicotind și jucând jocuri de luptă corp la corp în pivnița casei? Pe măsură ce a început să-și reexamineze rolul în viață, a început să-și pună întrebări cu privire la relația ei cu părinții. Cine erau aceștia de fapt? Situația o lăsase lipsită de orice persoană de încredere, cu excepția mea, persoana căreia îi spusese povestea. Viața ei s-a îmbunătățit, a cunoscut pe cineva, s-a căsătorit și a făcut copii, dar nimeni nu cunoștea evoluția poveștii ei așa cum o cunoșteam eu. Când se apropia de încheiere, nu se simțea dispusă să renunțe la cunoașterea mea intimă a călătoriei sale înspre eliberarea de fratele ei vitreg. Nimeni din viața sa nu ar fi putut sau vrut vreodată să împărtășească acea călătorie cu ea în maniera în care o făcusem eu, nici măcar soțul ei. Le spusese ambilor părinți despre ce se întâmplase cu fratele ei vitreg. Amândoi își exprimaseră regretul că se întâmplaseră toate acestea, dar niciunul nu a exprimat o adevărată suferință cu privire la orbirea lor față de ce se întâmplase. Niciunul nu era dornic să se întoarcă asupra subiectului, așa că dna N. și cu mine susținem această experiență împreună, o legătură intimă care, în unicitatea sa, oglindește ceva din mica lume privată pe care dna N. o împărtășise cu fratele vitreg. Această lume este cea la care trebuie renunțat pentru ca ea să-și încheie tratamentul.

Acest exemplu este oarecum diferit de celelalte momente. Este vorba despre o serie de momente care au avut drept rezultat o experiență împărtășită care, dată fiind durata acesteia, o face unică. Este adevărat faptul că pacienta nu putea merge pe acel drum în același fel alături de nimeni altcineva. În cele din urmă, va trebui să continue prin a se lupta și a digera toate acestea în urma încheierii analizei, pentru ca travaliul să se așeze în interiorul ei și să fie purtat pe tot restul vieții, trăite pe cont propriu.

Concluzii

Scriind acest capitol, m-am gândit la intimitatea care se dezvoltă de-a lungul timpului versus intimitatea care se creează în interludii pasagere: tranzitorie, emoționantă și plină de grație. Cred că cea de-a doua variantă ar trebui să existe într-o relație de terapie. Dacă relația devine intimă într-o manieră permanentă, ceva terapeutic este sacrificat. Pentru a face progrese, pacienții au nevoie de solitudine în cadrul ședinței, în cadrul minții lor și în cadrul relației terapeutice. Dacă se fac eforturi continue de întâlnire cu analistul, de a avea un sentiment de apropiere între cei doi, aceasta ar putea compromite capacitatea unuia sau a celuilalt de a gândi. Așa cum scrie Bollas (2006), cu atâta elocvență: „aspectul de separare și diferențiere din cadrul iubirii, mai degrabă decât să conducă înspre o distanță emoțională — așa cum ar putea unii presupune —, creează posibilitatea unui spectru mai larg și a unei mai mari profunzimi a intimității cu obiectul sau cu celălalt. Prin perceperea trăsăturilor obiectului, acesta este iubit pentru el însuși, și nu pentru sine“ (p. 714).

Am început acest capitol prin aducerea în discuție a manierei în care au evoluat ideile referitoare la intimitate, sub influența factorilor sociologici, culturali și psihologici. Ehrenberg (1974) susținea că atingerea intimității necesită muncă atât din partea pacientului, cât și a analistului, și că acest lucru este fundamental pentru un rezultat de succes al tratamentului. În absența schimbărilor culturale care au avut loc în anii '60, care au doborât supunerea noastră față de ierarhie și autoritate, ar fi putut această idee să devină atât de convingătoare? Așa cum a afirmat atât de clar Levenson (1974), la nivel de cultură, noi nu mai credeam acum că vreunul dintre noi, fie pacient, fie analist, ar putea să se elibereze total de nevroză. O acceptare autentică a acestui

fapt a fost necesară pentru ca un lucru autentic, dar nu neapărat intim să aibă loc în cadrul tratamentului.

În ce privește întrebarea dacă sentimentul de intimitate este același pentru analist și pentru analizand, eu cred că este unul diferit. Analiștii au mulți pacienți cu care pot purta genul de conversații pe care analizandul îl poartă numai cu analistul. Așa cum admit mulți autori, aceste conversații ne satisfac nevoia de schimburi profunde, bogate emoțional, dar noi facem acest lucru cu mulți oameni, de-a lungul multor ani. Avem un rol mai central în viețile pacienților noștri decât au ei în viețile noastre, indiferent cât de mult i-am investi. În varii momente ale drumului cu suișuri și coborâșuri ale tratamentului, se poate să fim preocupați de dificultățile lor, se poate să petrecem ore întregi încercând să înțelegem dinamica transferențială și contratransferențială în derulare și se poate să empatizăm cu aceștia, dar, în cele din urmă, ei doar fac parte dintr-un grup de pacienți care ne intră în cabinet. Însă toate acestea sunt lucruri bune. Dacă oricare dintre pacienți devine prea important pentru analistul său, acesta este aproape cu siguranță un indiciu de existență a unor chestiuni de contratransfer care ar putea deveni periculoase pentru amândoi. În trecut, exista o supoziție conform căreia, dacă un analist este îndeajuns de bine analizat, aceste probleme nu ar putea apărea. Dacă însă se întâmpla să apară, analistul revenea în tratament pentru a perlabora aceste chestiuni, atât de puternică era credința pe care o aveam în capacitatea psihanalizei de a ne curăța de toate problemele interne. Deși consultarea cu colegii și analiza au o valoare inestimabilă, aș adăuga că a avea o viață bogată constituie probabil cea mai bună profilaxie care să-i protejeze pe analiști de la a-și dori prea mult de la relațiile cu pacienții lor.

EPILOG

Capitolul 10

Multiplele forme ale intimității

Lori C. Bohm

Forma apei, film care a câștigat Oscarul în 2018 la categoria Cel mai bun film, este în același timp o descriere tulburătoare a singurătății și abuzurilor la care sunt supuși cei excluși din societate și o poveste a iubirii de basm dintre o tânără mută numită Elisa și un om-amfibie cu puteri supranaturale. O mare parte a filmului are loc într-un spațiu închis, un laborator de cercetare militară din timpul epocii Războiului Rece, un loc cu o atmosferă stranie, rău-prevestitoare. Elisa lucrează acolo ca femeie de serviciu, în schimbul de noapte. Omul-amfibie este „captura" deosebit de prețioasă a armatei, dar Colonelul Strickland, în a cărui responsabilitate se află acesta, îl tratează brutal și inuman, disciplinându-l cu un baston electric pentru vite. Elisa se identifică cu „captura": niciunul dintre ei nu poate vorbi, amândoi se simt singuri și amândoi au fost supuși unor tratamente extrem de abuzive. Aceasta îi aduce pe furiș omului-amfibie ouă fierte, îi pune să asculte muzică jazz cu un casetofon portabil, îl învață o mică parte din limbajul semnelor — iar curând, cei doi se îndrăgostesc. Conexiunea dintre ei este puternică și incredibilă, atingând în cele din urmă o intimitate palpabilă.

Într-adevăr, temele legate de intimitate, precum și de antiteza acesteia, alienarea, abundă în film, evocând multe dintre motivele evidențiate în această carte. Ceea ce face ca o interacțiune interpersonală să devină intimă ține de o

complexitate de factori, aflându-se din punct de vedere istoric în competența poeților, și nu a psihanaliștilor, așa cum afirmă Salman Akhtar în sugestivul și exhaustivul capitol de început al cărții. Dar în această lume din ce în ce mai axată pe tehnologia de ultimă generație, în care multe relații încep cu apăsarea pe un ecran, în cadrul unei aplicații, psihanaliștii sunt mai conștienți decât au fost vreodată de provocările existente în atingerea intimității. În fapt, congresul IPA din 2017 a fost dedicat acestei teme. În cadrul acelei conferințe, Birksted-Breen (Nemas, 2017) a remarcat în cadrul introducerii prezentării sale, „Cum înțelegem intimitatea din perspectiva unui model intrapsihic?", că subiectul intimității nu este unul simplu, nici măcar la un nivel descriptiv. O serie de capitole din această carte încep cu definiții ale intimității, într-un efort de delimitare a vastului teritoriu explorat. Ceea ce emerge din aceste multe definiții este că atingerea intimității implică atât nivelul intrapsihic, cât și cel interpersonal: o conștientizare și un sentiment de confort cu privire la ce este profund personal și intern, alături de experiența relațională de împărtășire a acestui sentiment personal al sinelui în fața unui celălalt care îl recunoaște și îl înțelege (Siamak Movahedi, Capitolul 6). Așa cum descrie Gurmeet Kanwal (Capitolul 4),

> *Intimitatea este o experiență circulară care poate fi văzută fie ca începând de la cel mai profund nivel al ființei noastre și îndreptându-se în exterior pentru a stabili relații, fie ca începând dintr-un context relațional care permite dezvoltarea și experiențierea propriei subiectivități.*

Capacitatea de intimitate este posibil să constituie cu adevărat o dezvoltare de tip „și/și". Ne naștem cu nevoia de intimitate și cu posibilitatea înnăscută de a o trăi. Pentru cei norocoși, capacitatea de intimitate se sprijină pe interacțiunea dintre bebeluș și figura sa maternă. Pentru

unii dintre pacienții noștri, capacitatea de intimitate evoluează numai prin intermediul relației terapeutice.

În limbajul comun, cuvântul „intimitate" evocă sexualitatea. „A fi intim" cu altcineva constituie o manieră eufemistică de a descrie o relație sexuală. Dar relațiile sexuale pot fi lipsite de intimitate. *Forma apei* înfățișează sugestiv câteva permutări ale relației între sexualitate și intimitate. Raporturile sexuale dintre Colonelul Strickland și soția sa sunt mecanice, utilitariste, departe de a exprima iubire și intimitate, în timp ce relația sexuală dintre Elisa și omul-amfibie radiază de apropiere și intimitate. Gândindu-mă la divergența dintre intimitate și sexualitate, îmi vine în minte un pacient care prefera ceea ce el numea „sex pe net", experiențe sexuale cu partenere online, decât legăturile sexuale în persoană. Ceea ce îl atrăgea la sexul pe net era că-și putea imagina partenera oricum și-ar fi dorit-o: aceasta putea fi „perfectă" — uluitor de frumoasă și bine proporționată, lipsită de cusururi, mirosind și părând a fi femeia visurilor lui. Și ce era chiar mai bine era că nu-l va judeca și nici nu va avea vreo cerință de la el. Cu alte cuvinte, nu avea sub nicio formă vreun interes de a ajunge să cunoască și să aprecieze o ființă umană reală, cu propria ei experiență personală, ori de a-și împărtăși propriile-i experiențe interne cu aceasta. Capitolul 8, semnat de Todd Essig, Danielle Magaldi și Leora Trub, aduce în discuție problematici conexe, care s-ar putea ivi în relațiile sexuale mediate tehnologic.

Forma apei ne deschide o poartă către o serie de teme prezente în explorarea din cadrul acestui volum a intimității, teme care nu au beneficiat anterior de o atenție psihanalitică adecvată. Una dintre acestea se referă la intimitatea posibilă prin intermediul prieteniei. Filmul înfățișează cele două prietenii intime de care se bucură Elisa, una cu partenera ei afro-americană în munca de curățenie, Zelda, și cealaltă cu un vecin homosexual, Giles. În ciuda faptului de a fi mută, este evident că Elisa a reușit

să-și exprime cele mai profunde sentimente și conflicte interne față de acești doi prieteni, la fel cum și ei i le-au împărtășit acesteia pe ale lor. În cele din urmă, Zelda și Giles își riscă viețile și tot ce au mai drag pentru a-i proteja, ba chiar pentru a încerca să-i salveze pe Elisa și omul-amfibie. Subtextul filmului are un punct important în comun cu capitolul lui Kanwal asupra dispoziției prietenoase, prieteniei și intimității: dispoziția prietenoasă și prietenia constituie antidoturile-cheie contra xenofobiei, de altfel prezentată sub multiple forme în povestea din acest film.

De asemenea, devine clar, pe măsură ce filmul se derulează, că în căsnicia Zeldei nu există nicio urmă de intimitate. Nu există respect reciproc, un sentiment de siguranță, încredere între acești doi parteneri. Cu toate acestea, în viața Zeldei există sens, umor și profunzime, în primul rând datorită prieteniilor intime ale acesteia. Personajul în ansamblul său îmi aduce în minte câțiva pacienți care au căsnicii nefericite, dar prietenii intime sănătoase. Una dintre aceștia, o femeie cu un istoric traumatic cauzat de violența tatălui ei, îmi descrie frecvent conversațiile intime cu prietenele sale. Împreună, discută despre multe chestiuni personale, incluzând plângeri permanente cu privire la soții lor. Pacienta mea heterosexuală își exprimă dorința ca prietena ei cea mai apropiată să-i fi putut fi partener de lungă durată, în locul soțului ei. În mod similar, un pacient care se simte lipsit de o conexiune cu soția lui simte că este cel mai mult el însuși cu prietenii, cu „frații" săi, alături de care călătorește și participă la triatlonuri (cf. Hirsch, 1997c).

Forma apei atinge într-o mică măsură și o altă temă din cadrul acestei bogate cărți asupra intimității: inegalitatea patriarhală/de gen ca barieră în fața intimității. Una dintre multele nedreptăți sociale înfățișate în film este aceea a structurii maritale din anii '50, în care bărbatul este șeful, iar de la femeie, fie că ar contribui sau nu financiar în cadrul gospodăriei, se așteaptă să se supună bărbatului.

Tabloul caricatural al căsniciei Colonelului Strickland reflectă viu acest tipar. Mai mult decât atât, Strickland consideră că este îndreptățit să aibă orice femeie își dorește și o hărțuiește sexual, până la urmă încercând chiar să o violeze pe Elisa, care-i este inferioară social.

În această carte, capitolul bazat pe o cercetare exhaustivă a lui Movahedi cu privire la barierele în calea intimității din cadrul cuplurilor iraniene explică maniera în care ideologia tradițională a rolurilor de gen ucide orice intimitate emoțională care se poate să fi existat în relații înainte de căsătorie. Un procentaj mai mare de femei iraniene decât cel al bărbaților iranieni obține titluri universitare și locuri de muncă înalte profesional, dar, cu toate acestea, așteptările patriarhale ale soților nu se modifică. Lectura analizei detaliate a acestei dinamici maritale evidențiază faptul că situația va avea consecințe negative pe termen lung pentru Iran, întrucât femeile aleg să nu se căsătorească sau divorțează cu o mai mare frecvență.

Nu în ultimul rând, relația dintre Elisa și „captură" ar putea fi interpretată ca o relație „MII" — multiculturală, interrasială (și posibil interreligioasă) — până la urmă, este totuși o relație romantică între o ființă umană și un amfibian acoperit de solzi! „Alteritatea" care ar putea uneori caracteriza modurile în care Elisa și omul-amfibie se resimt unul pe celălalt nu constituie punctul central al acestui basm. Poate că provocările întâmpinate de cuplurile tratate de Bari Smelson-Kanwal și descrise în Capitolul 5 ar ieși la lumină odată ce relația ar depăși stadiul lunii de miere. Pe măsură ce imigrarea, tehnologia și accesul la oportunitățile de călătorie ne-au transformat lumea într-una mai deschisă față de întrepătrunderile rasiale, etnice și religioase, din ce în ce mai mulți oameni își găsesc parteneri care provin dintr-o cultură, rasă și/sau religie diferite de a lor. Deconstrucția problemelor care interferează cu menținerea intimității în cadrul acestor

relații MII constituie o contribuție unică și inestimabilă la literatura psihanalitică asupra intimității.

Poate că unul dintre motivele pentru care *Forma apei* a câștigat Premiul Academiei pentru Cel mai bun film este că a vorbit într-o manieră artistică atât despre cele ale sufletului, cât și ale mediului social, ambele deosebit de semnificative pentru publicul de astăzi. Cu toate acestea, o altă nominalizare la categoria Cel mai bun film din 2018, *Firul-fantomă*, înfățișează un aspect al intimității care nu este prezentat în *Forma apei*. *Firul-fantomă*, un film profund tulburător, induce în cele din urmă un sentiment de adânc disconfort, pe măsură ce se dezvoltă o formă perversă de intimitate. Filmul detaliază într-o manieră remarcabilă, în principal prin elegante cadre de prim-plan, viața și munca lui Reynolds Woodcock, un designer vestimentar de lux din Londra anilor '50. Acesta are diverse amante, dar abia când o tânără femeie îi servește prânzul într-un han din apropierea moșiei sale, își întâlnește sufletul-pereche. La prima lor întâlnire, îi ia măsurile Almei, femeia de vis a oricărui creator de modă, astfel încât să croiască o rochie unicat pentru ea. Alma îi devine model și muză în cadrul Casei Woodcock, lucrând la cultivarea unei relații cu Reynolds, în care ea să conteze cu adevărat. Nu vrea să fie înlăturată, asemenea modelelor anterioare, doar pentru că nu este îndeajuns de tăcută și invizibilă în timpul micului dejun. Comportamentul lui Reynolds este amprentat de nuanțe oedipiene: acesta este profund atașat de mama sa moartă și crede că ea veghează asupra lui din ceruri. Ea pare să fi fost foarte pretențioasă și rece, dar ea l-a învățat meșteșugul și importanța exigenței în practicarea acestuia. Este sugerat, dar nu afirmat în mod explicit, că această mamă se aștepta de la copiii ei să fie complet independenți, cu excepția cazului în care ar fi fost imobilizați din cauza unei boli. De altfel, fantoma mamei lui Reynolds îl vizitează când acesta cade la pat din cauza

unei presupuse boli. Fiind într-o asemenea stare, el devine întru totul dependent fizic și emoțional de Alma, care îl îngrijește până la însănătoșire. Când începe să-și revină, îi face acesteia o cerere în căsătorie. Alma în sfârșit înțelege ce trebuie să facă pentru a crea intimitatea la care tânjește cu acest bărbat dificil, narcisic. Descoperind o metodă prin care îi poate cauza în mod previzibil o îmbolnăvire lui Reynolds, ea îi îndeplinește nevoia și, în consecință, îi asigură acestuia conexiunea intimă cu ea. Într-adevăr, intimitatea este destul de complexă și departe de a fi întotdeauna pozitivă. Așa cum remarcă Salerno (2014) într-o recenzie a unei cărți anterioare asupra unei teme conexe, *Intimacies: A New World of Relational Life* (*Intimități: o lume nouă a vieții relaționale*), „intimitatea nu este întotdeauna drăgălașă și nu se află întotdeauna în serviciul creșterii personale. Poate exista prea multă intimitate. Poate fi toxică și opresivă și sunt momente când nu este nici de dorit, nici de ajutor" (p. 317). Spre exemplu, capitolul lui Suzanne Benser asupra spațiului personal și intimității din volumul de față oferă o prezentare de caz detaliată, în care intimitatea extremă dintre o mamă și un fiu îl împiedică pe acesta să atingă autonomia. În consecință, acesta este incapabil să dezvolte o relație intimă și sexuală sănătoasă cu o parteneră romantică potrivită. Capitolul 2, dedicat atașamentului și intimității (April Fallon și Rama Rao Gogineni) de asemenea evidențiază posibilele eșecuri în dezvoltare pe care le-a abordat în esență analiza pacientului lui Benser.

În vreme ce volumul de față furnizează cu certitudine exemple de intimitate nesănătoasă sau distructivă, principalele sale contribuții sunt în alte paliere. În mod specific, în plus față de decelarea aspectelor care alcătuiesc intimitatea, această carte sondează trei teme referitoare la intimitate care au fost anterior neglijate sau necercetate suficient de către autorii psihanaliști. Acestea sunt:

- Premisele intimității în termenii dezvoltării
- Considerațiile interculturale
- Noile direcții de explorare psihanalitică a intimității

De asemenea, cartea constituie o contribuție la literatura de specialitate prin faptul că furnizează o explorare profundă a intimității în cadrul relației terapeutice, însoțită de exemple clinice detaliate.

Premisele dezvoltaționale ale intimității

> *Atașamentele intime față de alte ființe umane constituie centrul în jurul căruia gravitează viața unei persoane, nu doar în vremea când aceasta este un bebeluș, un copil mic ori unul de școală, ci și pe parcursul adolescenței și anilor săi de maturitate, precum și la bătrânețe.*
>
> *(Bowlby, 1980, p. 422)*

Dată fiind importanța calității atașamentului pentru atingerea intimității, trecerea în revistă făcută de Fallon și Gogineni a literaturii dedicate atașamentului din Capitolul 2 oferă o bază pentru majoritatea celor ce urmează în acest volum. În mod deosebit, autorii descriu capacitățile fundamentale pentru intimitate care se dezvoltă pornind de la interacțiunea receptivă dintre persoana îngrijitoare și copilul în creștere și care îi caracterizează pe aceia care dețin un atașament sigur (Cassidy, 2001).

Una dintre aceste capacități, cea de a se simți confortabil cu un sine autonom, este abordată nu numai în prezentarea de caz a lui Benser, ci și în atent elaboratul capitol de deschidere al lui Akhtar. În perspectiva lui Akhtar, adevărata intimitate implică o recunoaștere a caracterului separat al partenerului intim — a gândurilor și nevoilor separate ale

acestuia —, în același timp cu a se simți unul cu acel partener. Această tensiune dintre intimitate și autonomie ori intimitate și spațiu personal este evidențiată pe tot parcursul cărții. Fallon și Gogineni subliniază importanța capacității figurii materne de a permite și de a se bucura de eforturile de dobândire a autonomiei ale copilului, în același timp furnizându-i acestuia o bază de siguranță la care să poată reveni când și-a finalizat explorarea. Această capacitate, care este evidentă la oamenii ce dețin un atașament sigur, nu este diferită de „capacitatea de a fi singur" conceptualizată de către Winnicott (1958). Aspectul la care se referă Winnicott este capacitatea copilului (și mai târziu, a adultului) de a fi confortabil pe cont propriu („singur"), atunci când se află în compania unei alte persoane (materne) și/sau singur în compania unui obiect bun, internalizat. Sentimentul de confort cu sinele autonom îi permite persoanei să fie intimă fără să se teamă că ar fi înghițită de celălalt (Fallon și Gogineni, Capitolul 2).

Două capacități asociate care constituie precursorii dezvoltării intimității sunt capacitatea de a căuta îngrijire și cea de a oferi îngrijire altora. Pentru ca acestea să aibă loc, copilul trebuie să aibă sentimentul, bazat pe experiența cu îngrijitorii, că, dacă cere ajutor sau indică nonverbal o nevoie de ajutor, acesta îi va fi oferit. Fallon și Gogineni postulează că, în relațiile intime, partenerii se simt confortabil cu a-și cere unul altuia îngrijire și că sunt racordați la nevoile partenerilor, fiind dispuși să răspundă acelor nevoi într-o manieră adecvată și neintruzivă. Ceea ce ajută copilul să fie receptiv la nevoile celorlalți și să fie pregătit să le ofere îngrijire altora este să fi avut parte de îngrijire de la o persoană care a fost receptivă și atentă la nevoile sale.

Cea din urmă capacitate necesară pentru intimitate, care se dezvoltă în interacțiunea dintre îngrijitor și copil pe parcursul stadiilor de mai târziu ale dezvoltării atașamentului, este capacitatea de negociere. Este

imposibil ca doi oameni, cu propriile lor minți, să se afle într-o relație intimă fără să existe dezacorduri, care pot fi cel mai bine soluționate prin negociere (excepția ar fi că poate exista intimitate și într-o relație caracterizată de dominanță și supunere. În acest caz, partenerul dominant are întotdeauna ultimul cuvânt, iar celălalt partener se supune. Nu este necesară nicio negociere. Vezi, spre exemplu, *Povestea lui O*, de Pauline Réage, 2012.)

În relațiile intime sănătoase, este esențial să se poată negocia. Dacă o persoană nu a reușit să dezvolte această capacitate pe parcursul copilăriei, în interacțiunea cu îngrijitorii, este posibil ca intimitatea să fie greu de atins. Descriind cum lucrează analistul cu pacientul pentru a spori confortul persoanei față de intimitate, Levenson afirmă:

> *O relație de intimitate nu depinde de depășirea fricilor de intimitate, de acceptarea faptului că acestea sunt distorsiuni, reacții alergice din trecut. Ci este necesară capacitatea de a-l evalua pe celălalt, de a negocia, de a face compromisuri, chiar și de a intra într-un dezacord aprins. Intimitatea nu este o stare de grație; este o abilitate dezvoltată în timp, care solicită mentori și practică.*
>
> *(Levenson, 1991, p. 516)*

Dacă oamenii care ni se adresează pentru terapie nu au avut relații timpurii care să încurajeze depășirea diferențelor prin negociere, punerile în scenă perlaborate alături de analist oferă noi posibilități de dezvoltare a acestei capacități, care este esențială pentru atingerea intimității.

O lucrare semnată de Bourdè asupra „Fricii de intimitate", prezentată în cadrul Congresului IPA din 2017 dedicat intimității, menționează anumite procese dezvoltaționale conexe, care fac posibilă intimitatea. Acestea sunt „diferențierea dintre sine și celălalt, precum și capacitatea de accesare a propriului spațiu intern personal" (Masina, 2017, p. 1774). Mulți autori care au contribuit la

volumul de față fac și ei referire la aceste capacități, ca fiind fundamentale pentru intimitate. Se poate să existe și alte premise ale intimității în termenii dezvoltării care se vor evidenția de-a lungul timpului, dar acesta este un excelent început. Pacienții intră adesea în tratament fiind lipsiți de una sau mai multe dintre aceste capacități și reușesc să le dezvolte în cadrul psihoterapiei psihanalitice sau al psihanalizei. Realizând acest lucru, crește potențialul acestora de a se implica în relații intime, sănătoase.

Considerații interculturale

Unul dintre punctele forte ale acestei cărți asupra intimității este includerea unui bogat material intercultural. Câțiva dintre autori fie au crescut în Asia de Sud, fie au un soț indian, iar dintre autori unul a crescut în Iran. Așadar, aceștia au capacitatea de a înfățișa într-o manieră vie propriile perspective culturale ori ale partenerilor, în termenii relației dintre cultură și intimitate. În plus față de informațiile cu privire la relațiile maritale din Iran descrise mai sus (în Capitolul 6, al lui Movahedi), cititorul poate acum să înțeleagă unele diferențe de bază cu privire la ce așteptări au unii de la alții membrii familiilor și prietenii intimi indieni, în comparație cu cei americani. Capitolul de deschidere al lui Akhtar aduce în discuție nu doar diferențele dintre Est și Vest, ci și culturile mediteraneeană și latino-americană. Ceea ce se evidențiază este că psihanaliza, o creație vestică, este profund înrădăcinată (la nivel de teorie) în tradițiile culturale și familiale europene și americane, neglijând, spre exemplu, variațiile cu privire la practicile de creștere a copiilor existente în alte regiuni. Culturile orientale (precum și cea mediteraneeană și cea latino-americană) tind să se aștepte la un mai mare

devotament filial, așteptându-se de asemenea la existența unor legături puternice între membrii familiei extinse, și își structurează instituțiile conform acestor așteptări. Spre exemplu, mamelor din cadrul acestor culturi li se acordă concedii de maternitate de lungă durată, în comparație cu cele șase săptămâni care sunt acordate în mod obișnuit drept concediu de maternitate în SUA (Akhtar, Capitolul 1). Așa cum semnalează David Pauley (Capitolul 3) în cadrul capitolului său dedicat adolescenței, noțiunea conform căreia ar exista o pulsiune biologică înspre separare în adolescență ar trebui pusă la îndoială, date fiind tradițiile din India și din alte culturi orientale. În cadrul acestor culturi, mătușile și unchii au roluri specifice și importante în viețile nepoatelor și nepoților, care continuă și pe parcursul începuturilor vieții adulte ale acestora din urmă. Iar din partea adolescenților se așteaptă nu doar o implicare deplină în viețile membrilor familiilor lor de origine, ci și în viețile membrilor familiei extinse. Împărțirea paturilor (sau a spațiului de dormit de pe podea) cu membri ai familiei de toate vârstele este obișnuită și implicită. Kanwal (Capitolul 4) remarcă faptul că, în India, prietenii bărbați se țin de mână și se ating în moduri care ar sugera o relație homosexuală în Vest. Pe scurt, această carte oferă o perspectivă mai vastă asupra temei căreia i se dedică, incluzând poziții și așteptări culturale relevante cu privire la intimitate.

Noi direcții de explorare psihanalitică a intimității

Investigarea psihanalitică a intimității s-a limitat în general la două paliere: relațiile romantice și munca terapeutică (Akhtar, Capitolul 1). Această carte extinde orizonturile de explorare prin includerea prieteniei și a dispoziției

prietenoase, a comparațiilor culturale și a impactului tehnologiei asupra intimității. Capitolul semnat de Essig, Magaldi și Trub, „Tehnologia, intimitatea și simularea intimității", este unul de mare actualitate, întrucât pune în discuție maniera în care tehnologia afectează posibilitatea existenței intimității, atât în afara, cât și în cadrul cabinetului. Autorii ridică o întrebare importantă: „Ce se câștigă și ce se pierde în cazul relațiilor digitale?" Într-un mod superficial, ar părea că o conexiune constantă ar pune la dispoziție mai mari oportunități de dezvoltare și exprimare a intimității. Dar Essig și colegii săi susțin că relațiile digitale îi lasă pe utilizatori, odată ce s-a încheiat timpul petrecut în fața ecranului, cu un sentiment de „vagă insatisfacție", precizând că „miza este mai mică" decât în relațiile care implică o prezență fizică. Autorii oferă exemple care ilustrează maniera în care atenția acordată dispozitivelor digitale interferează cu relațiile familiale, în ciuda oportunităților pe care digitalizarea le furnizează în sensul contactului permanent. Lecturând acest capitol, mi-au venit în minte imagini ale bonelor și tinerelor mame, împingând cărucioarele în timp ce trimit mesaje sau vorbesc la telefon, imagini însoțite de tristețea pe care o simt în raport cu copiii transportați, care sunt receptivi, dar neglijați. Am început să mă întreb care vor fi efectele psihologice asupra copiilor mici care duc o viață marcată de o permanentă atenție parțială din partea îngrijitorilor. Ironia constă în faptul că aceiași copii, atunci când cresc și au propriile lor dispozitive digitale, vor fi, cel mai probabil, supuși la o supraveghere intruzivă de către aceiași părinți, care vor utiliza aplicații de localizare prin GPS și alte modalități de monitorizare digitală a destinațiilor fizice și site-urilor vizitate de copii. Este posibil ca tehnologia digitală să afecteze într-un mod radical felul în care sunt crescuți copiii, incluzând atenția primită de aceștia și oportunitățile lor de a-și construi un spațiu personal, intim pentru ei înșiși.

Intimitatea în relația terapeutică

Capitolul semnat de Essig, Magaldi și Trub oferă de asemenea o trecere excelentă înspre o altă contribuție importantă la acest volum, privind literatura psihanalitică asupra intimității. Deși cartea furnizează o perspectivă exhaustivă asupra temei intimității în relația terapeutică, voi aduce inițial în discuție un anumit aspect, acela al rolului pe care tehnologia îl are din ce în ce mai mult în punerea la dispoziție a terapiei psihanalitice, a supervizării și a formării. Dată fiind disponibilitatea platformelor digitale video precum Zoom, FaceTime, Skype, Vsee și altele, a avut loc o încurajare a utilizării acestor mijloace pentru furnizarea de formare și terapie psihanalitică persoanelor aflate în regiuni ale lumii în care există puțini practicieni formați în psihanaliză. Un întreg program educațional, Alianța Psihanalitică între China și America (CAPA), a fost dezvoltat cu succes, pentru formarea practicienilor chinezi, specialiști în sănătate mentală, în teoria și practica psihoterapiei psihanalitice. În vreme ce principalul țel al programului este de a forma îndeajuns de mulți practicieni chinezi încât aceștia să aibă posibilitatea de a pune bazele propriilor școli de formare în China, în prezent, psihanaliștii americani sunt formatori, supervizori și terapeuți ai cursanților chinezi prin intermediul platformelor video. Mai mult decât atât, dat fiind numărul redus de psihoterapeuți psihanalitici din China care să aibă o formare adecvată, mulți dintre cursanții din cadrul programului CAPA au în tratament pacienți din alte regiuni din China folosindu-se de aceleași platforme video. Educația online a devenit o practică universală comună, fiind din ce în ce mai des disponibile webinarii și cursuri online, în toate palierele vieții academice. Mentoratul și supervizarea clinică, ce necesită un anumit nivel de intimitate

între cursant și mentor/supervizor, sunt totuși o formă de instruire educațională, ceea ce ar duce la o mai mică probabilitate de a fi supuse unei cercetări atente decât ar fi necesar în cazul impactului asupra intimității din relația psihanalitică. Prin urmare, atenția noastră se va concentra asupra întrebării: „Care sunt acele intimități ce se pierd?" (Essig et al., Capitolul 8) atunci când coprezența fizică nu face parte din cadrul terapeutic.

Congresul IPA din 2017 asupra intimității a inclus o secțiune intitulată „Intimitatea și tehnologia: dezvoltarea unui dialog psihanalitic". Unul dintre prezentatori, John Churcher, a întrebat care sunt „condițiile necesare ale cadrului psihanalitic". A ridicat două probleme cu privire la analiza virtuală și la condițiile fundamentale ale cadrului psihanalitic: poate fi menținută confidențialitatea? Și poate prezența virtuală să substituie în totalitate prezența fizică? (Bodner, 2017).

Dacă ședințele psihanalitice utilizează o platformă video care se supune regulilor HIPAA[65], confidențialitatea poate fi protejată. Cu toate acestea, întrebarea dacă prezența virtuală poate substitui în totalitate prezența fizică este una mai complicată. Essig et al. susțin că o varietate de posibilități ale intimității se pierd în cadrul analizelor desfășurate într-un spațiu virtual. În mod specific, posibilitatea de punere în scenă a unei serii de fantasme importante din punct de vedere terapeutic este extrem de redusă atunci când analistul și pacientul nu împărtășesc același spațiu fizic. Sentimentul că terapeutul furnizează un spațiu de siguranță, facilitator, este și acesta foarte diminuat, în condițiile în care pacienții trebuie să-și pună la dispoziție propriul cadru de desfășurare a ședinței, iar acel cadru

[65] HIPAA (Legea privind portabilitatea și responsabilitatea asigurărilor de sănătate din 1996) este o legislație în Statele Unite care prevede dispoziții privind confidențialitatea și securitatea datelor pentru manipularea și stocarea informațiilor medicale. (*N.t.*)

se poate modifica în funcție de circumstanțele unei anumite zile. Lucruri aparent mărunte, precum șervețelele sau paharele de apă de unică folosință, pe care terapeuții le pun la dispoziție în cabinetele lor fizice, pot purta o anume semnificație pentru pacienți. Essig et al. sugerează că fantasmele distructive sunt cel mai dificil de pus în scenă atunci când pacientul îi vorbește terapeutului din fața unui ecran. Date fiind problemele de menținere a unei conectivități satisfăcătoare de-a lungul unei ședințe virtuale, „relațiile digitale adesea includ un efort comun, un soi de complicitate în a împinge tratamentul înspre acordaj și reciprocitate" (Capitolul 8). Vorbitorii din cadrul prezentării IPA cu privire la intimitate și tehnologie au fost cu toții de acord că „prezența «reală», în opoziție față de prezența «virtuală» [...] permite posibilitatea punerii în scenă a unei fantasme". Aceștia adaugă că un cadru real „conține posibilitatea acțiunii reale, ceea ce nu este valabil pentru cadrul virtual" (Bodner, 2017, p. 1801). Prezența fizică permite posibilitatea de a avea o experiență resimțită prin toate cele cinci simțuri, incluzând potențialul de a simți mirosul celuilalt și de a-l atinge. Atât Bodner (2017), cât și Essig et al. (Capitolul 8) conchid că este posibil ca acele pierderi existente atunci când pacientul și terapeutul nu sunt „corporal împreună" să fie mai mari decât câștigurile date de comoditatea și accesibilitatea analizei virtuale.

În ce privește psihanaliza care se desfășoară într-o manieră tradițională, în cabinetul analistului, Capitolul 9, al lui Christie Platt, asupra intimității psihanalitice, oferă o explorare foarte atentă a multiplelor fațete ale intimității dintre pacient și analist. Autoarea notează că, din perspectiva modelelor timpurii ale psihanalizei, în care neutralitatea analitică se presupunea a fi fundamentală, la fel cum se vehicula și noțiunea că analistul pe deplin analizat putea aborda pacientul lipsit fiind de orice deficite nevrotice, intimitatea era considerată ca fiind ceva care nu ar trebui să se

dezvolte în cadrul cuplului analitic. Odată cu apariția modelelor de psihanaliză interpersonal și, mai târziu, relațional și intersubiectiv, intimitatea dintre analist și pacient a început să fie considerată de către unii ca fiind esențială pentru travaliul de vindecare. Conform unei prezentări a uneia dintre secțiunile din cadrul Congresului IPA asupra intimității, intitulată „Ce înseamnă intimitatea în cadrul analitic?", pare că unii analiști clasici încă se confruntă cu întrebări privind oportunitatea existenței intimității în cadrul analitic sau maniera în care aceasta ar trebui conceptualizată teoretic (Chavis, 2017). Spre exemplu, conducătorul acestei secțiuni, Fred Busch, „admite existența unor analiști care consideră că intimitatea ar putea dăuna dezvoltării transferului" (Chavis, 2017, p. 1775). Această conceptualizare se află într-o totală opoziție cu studiile lui Ehrenberg (1992) asupra a ceea ce autoarea numește „vârful de intimitate", care implică atenția deosebită acordată de analist fiecărui aspect al traiectoriei experienței interpersonale cu un pacient. Ehrenberg afirmă că „încercarea de a relaționa în acest punct necesită o receptivitate permanentă la schimbările interne din sine și din celălalt, precum și la schimbările suferite de interfața interacțiunii" (Ehrenberg, 1992, p. 33). Explorarea psihanalitică de acest fel este într-adevăr intimă. În cadrul lucrării *A Meeting of Minds* (*O întâlnire a minților*), dedicate explorării reciprocității din psihanaliză, Aron (1996) descrie ideile lui Ferenczi cu privire la psihanaliză: „căutarea lui Ferenczi de deschidere, schimburi emoționale, apropiere și intimitate [...] a fost încorporată în perspectiva sa psihanalitică asupra lumii" (pp. 162–163). Încă din 1920, o persoană ale cărei scrieri au prefigurat psihanaliza relațională înțelegea psihanaliza ca un demers care implică intimitatea între pacient și analist.

Capitolul lui Platt reexaminează avantajele, dar și potențialele pericole presupuse de intimitatea dintre analist și pacient. Autoarea afirmă că intimitatea din relația

analitică nu este resimțită în permanență, ci că are loc în momente speciale, intense, din cadrul travaliului, adesea atunci când analistul este deosebit de racordat la pacientul său. Vinietele clinice pe care le oferă autoarea ilustrează într-o frumoasă manieră ceea ce alții numesc „momente de întâlnire" (Stern et. al., 1998; Yerushalmi, 2013), momente în care intimitatea dintre analist și pacient este puternic resimțită și are un efect transformator pentru pacient și, deseori, și pentru analist.

Thomas Ogden, un psihanalist de formație clasică, având un rol fundamental în descrierea intersubiectivității și omniprezenței acesteia în relația analitică, s-a exprimat cu privire la schimbul intim dintre analist și pacient după cum urmează:

> *Dacă ar fi ca noi, analiștii, să răspundem la ce este unic în privința fiecăruia dintre pacienții noștri, ar trebui să creăm cu pacientul o conversație analitică pe care nu am putea-o avea cu nicio altă persoană din lume. Vorbim cu soțul sau partenerul nostru, [...] cu cel mai apropiat prieten, cu cea mai mare fiică — cu fiecare persoană cu care avem o relație intimă — într-un mod în care nu ne putem închipui că am putea vorbi cu altcineva. [...] Nu mă refer la ce spunem, ci la modul în care vorbim. [...] Crearea unei maniere unice de a vorbi cu un pacient nu constituie o premisă a travaliului analitic, ci constituie chiar travaliul analitic în sine.*
>
> *(Ogden & DiDonna, 2013, p. 629)*

Plecând de la ideea conform căreia câmpul analitic (Ferro & Basile, 2009) sau, în termenii lui Ogden, terțul analitic (Ogden, 1994) este creat în mod unic de către fiecare cuplu analitic, demersul psihanalitic va fi întotdeauna unul intim.

Gânduri de încheiere

Am încercat, în cadrul acestei cărți, să examinăm într-o manieră amplă și atentă complexa temă a intimității, dintr-o perspectivă psihanalitică. Intimitatea (*intimacy*) este un cuvânt care are drept sinonime în limba engleză atât „discreția" (*secrecy*), cât și „sociabilitatea" (*sociability*) (Roget's International Thesaurus, 1962), reflectând natura sa dual, ce înglobează atât experiența internă, privată, cât și o experiență care implică o împărtășire personală profundă în cadrul unei relații apropiate. Este dificil de imaginat un aspect al vieții de o mai mare importanță pentru caracterul uman decât este intimitatea. În consecință, psihanaliza și psihoterapia psihanalitică sunt inevitabil preocupate cu chestiunile ce țin de intimitate, fie că relația terapeutică însăși este considerată a implica intimitatea, fie că nu. Extinzând explorarea intimității prin includerea unor considerații cu privire la diferențele interculturale, relațiile MII, prietenie, impactul tehnologiei și premisele dezvoltaționale ale intimității, acest volum aduce o contribuție unică și valoroasă la literatura psihanalitică dedicată intimității.

Referințe bibliografice

Abraham, K. (1925). „The history of an impostor in the light of psychoanalytical knowledge", în *Clinical Papers and Essays on Psychoanalysis*, pp. 291–305. New York, NY: Brunner/Mazel, 1955.

Acevedo, B.P., Aron, A., Fisher, H.E. & Brown, L.L. (2012). „Neural correlates of longterm intense romantic love", în *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 7: 145–159.

Ackerley, J. (1956). *My Dog, Tulip*. New York: New York Review Book Classics, 2011.

Adams, G., Anderson, S.L., & Adonu, J.K. (2004). „The cultural grounding of closeness and intimacy", în *The Handbook of Closeness and Intimacy*, eds. D.J. Mashek & A.P. Aron, pp. 321–339. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

Addison, S., Thomas, V. (2009). „Power, privilege and oppression: White therapists working with minority couples", în *Multicultural Couple Therapy*, eds. M. Rastogi & V. Thomas, pp. 9–27. New York: Sage Publications.

Ahuvia, A.C. (2005). „Beyond the extended self: Loved objects and consumers' identity narratives", în *Journal of Consumer Research*, 32(1): 171–184.

Ainslie, R.C., Harlem, A., Tummala-Narra, P., Barbanel, L. & Ruth, R. (2013). „Contemporary psychoanalytic views on the experience of immigration", în *Psychoanalytic Psychology*, 30(4): 663–679.

Ainsworth, M.D. (1954). „Patterns of attachment behavior shown by the infant in interaction with his mother", în *Merrill-Palmer Quarterly*, 10: 51–58.

———. (1967). *Infancy in Uganda: Infant Care and the Growth of Love.* Baltimore, MD: Johns Hopkins University Press.

———. (1985). „Patterns of attachment", în *The Clinical Psychologist*, 32: 27–29.

———. (1989). „Attachments beyond infancy", în *American Psychologist*, 44: 709–716.

Akhtar, J.N. (1964). *Nazr-e-Butaan.* New Delhi, India: Star Publications.

———. (1975). *Pichhale Pehar.* New Delhi, India: Maktaba Jamia.

Akhtar, S. (1989). „Narcissistic personality disorder", în *Psychiatric Clinics of North America*, 12: 505–529.

———. (1990). „Concept of interpersonal distance in borderline personality disorder" (scrisoare către editor), în *American Journal of Psychiatry*, 147: 2.

———. (1992a). *Broken Structures: Severe Personality Disorders and Their Treatment.* Northvale, NJ: Jason Aronson.

———. (1992b). „Tethers, orbits, and invisible fences: Clinical, developmental, sociocultural, and technical aspects of optimal distance", în *When the Body Speaks: Psychological Meanings in Kinetic Clues*, eds. S. Kramer & S. Akhtar, pp. 21–57. Northvale, NJ: Jason Aronson.

———. (1995). „A third individuation: Immigration, identity, and the psychoanalytic process", în *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 43: 1051–1084.

———. (1997). Recenzie pentru Kurtz, S. (1992): „All the mothers are one: Hindu India and the cultural reshaping of psychoanalysis", în *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 45: 1014–1019.

———. (1999). *Immigration and Identity: Turmoil Treatment and Transformation.* Lanham, MD: The Rowman and Littlefield Publishing Group, Inc.

———. (2002). „Forgiveness: Origins, dynamics, psychopathology, and clinical relevance", în *Psychoanalytic Quarterly*, 71: 175–212.

———. (2007). „From unmentalized xenophobia to messianic sadism: Some reflections on the phenomenology of prejudice", în *The Future of Prejudice: Psychoanalysis and the Prevention of Prejudice*, eds. H. Parens, A. Mahfouz, S.W. Twemlow & D.E. Scharff, pp. 7–19. Lanham, MD: Aronson.

———. (2009a). *The Damaged Core: Origins, Dynamics, Manifestations, and Treatment.* Lanham, MD: Jason Aronson.

———. (2009b). „Psychoanalysis and human goodness: Theory", în *Good Feelings: Psychoanalytic Reflections on Positive Emotions and Attitudes*, ed. S. Akhtar, pp. xxv–xxxv. Londra: Karnac.

———. (2009c). „Psychoanalysis and human goodness: Technique", în *Good Feelings: Psychoanalytic Reflections on Positive Emotions and Attitudes*, ed. S. Akhtar, pp. 453–467. Londra: Karnac.

———. (2011). *Immigration and Acculturation: Mourning, Adaptation and the Next Generation.* Lanham, MD: The Rowman and Littlefield Publishing Group, Inc.

———. (2018a). „Recunoștința", în *Sursele bucuriei. Curajul, reziliența, recunoștința, generozitatea, iertarea și sacrificiul*, pp. 95–127. București: Editura Trei.

———. (2018b). „Generozitatea", în *Sursele bucuriei. Curajul, reziliența, recunoștința, generozitatea, iertarea și sacrificiul*, pp. 127–168. București: Editura Trei.

———. (2013a). *Psychoanalytic Listening: Methods, Limits, and Innovations.* Londra: Karnac Books.

———. (2013b). „Refusing to listen", în *Psychoanalytic Listening: Methods, Limits, and Innovations*, pp. 125–141. Londra: Karnac.

———. (2015a). „Where is India in my psychoanalytic work?", în *Psychoanalytic Review*, 102: 873–911.

———. (2015b). „Some psychoanalytic reflections on the concept of dignity", în *American Journal of Psychoanalysis*, 75: 244–266.

———. (2015c). „Patience", în *Psychoanalytic Review*, 102: 93–122.

———. (2016). „Mistrust, suspiciousness, and paranoia during adulthood", în *Mistrust: Developmental, Cultural, and Clinical Realms*, ed. S. Akhtar, pp. 41–60. Londra: Karnac.

———. (2017). „The tripod of terrorism", în *International Forum of Psychoanalysis* 26(3): 139–159.

———. (2018). „Humility", în *American Journal of Psychoanalysis*, 78.

Akhtar, S., Brown, J. (2005). „Animals in psychiatric symptomatology", în *The Mental Zoo: Animals in the Human Mind and Its Pathology*, eds. S. Akhtar and V. Volkan, pp. 3–38. Madison, CT: International Universities Press.

Akhtar, S., Volkan, V. (2005a). *Mental Zoo: Animals in the Human Mind and Its Pathology*. Madison, CT: International Universities Press.

———. (2005b). *Cultural Zoo: Animals in the Human Mind and Its Sublimations*. Madison, CT: International Universities Press.

Alperin, R. (2001). „Barriers to intimacy: An object relations perspective", în *Psychoanalytic Psychology*, 18: 137–156.

Alter, A. (2017). *Irresistible: The Rise of Addictive Technology and the Business of Keeping Us Hooked*. New York: Penguin Press.

Ardakanil, N.J., Harehdasht, H.A. & Hajjari, L. (2015). „The controversial portrayal of women in Persian proverbs", în *English Language and Literature Studies*, 5(3): 146–155.

Ariès, P. (1962). *Centuries of Childhood: A Social History of Family Life*, trad. R. Baldick. New York: Vintage.

Aron, L. (1996). *A Meeting of Minds*. Hillsdale, NJ: The Analytic Press.

Aronson, J.K. (Ed.) (2000). *The Use of the Telephone in Psychotherapy*. Northvale, NJ: Aronson.

Bach, S. (1977). „On narcissistic state of consciousness", în *International Journal of Psychoanalysis*, 58: 209–233.

———. (2006). *Getting from Here to There*. New York: Routledge.

Bakermans-Kranenburg, M., Van Ijzendoorn, M. & Juffer, F. (2003). „Less is more: Meta-analyses of sensitivity and attachment interventions in early childhood", în *Psychological Bulletin*, 129: 195–215. Doi:10.1037/0033–2909.129.2.195

Bakermans-Kranenburg, M.J. & Van Ijzendoorn, M.H. (2016). „Attachment, parenting, and genetics", în *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications, Third Edition*, eds. J. Cassidy & P.R. Shaver, pp. 155–179. New York: Guilford Press.

Balint, M. (1953). *Primary Love and Psychoanalytic Technique*. Londra: Tavistock Publications.

———. (2014). *Defectul fundamental.* București: Editura Trei.

Balzarini, R.N., Campbell, L., Kohut, T., Holmes, B.M., Lehmiller, J.J. & Harman, J.J. (2017). „Perceptions of primary and secondary relationships in polyamory", în *PLoS One* 12(5): e0177841. Accesat la https://doi.org/10.1371/journal.pone.0177841

Bartholomew, K. (1990). „Avoidance of intimacy: An attachment perspective", în *Journal of Social and Personal Relationships*, 7: 147–178.

Baxter, K. (2008). *The Modern Age: Turn-of-the-Century American Culture and the Invention of Adolescence.* Tuscaloosa, AL: University of Alabama Press.

Beck, L.A., Pietromonaco, P.R., DeVito, C.C., Powers, S.I. & Boyle, A.M. (2014). „Congruence between spouses' perceptions and observers' ratings of responsiveness: The role of attachment avoidance", în *Personality & Social Psychology Bulletin*, 40: 164–174.

Behzadi, K. (1994). „Interpersonal conflict and emotions in an Iranian cultural practice: Qahr and ashti", în *Culture, Medicine and Psychiatry*, 18(3): 321–359.

Bekoff, M. (1998). *Animal Play: Evolutionary, Comparative and Ecological Perspectives.* Cambridge: Cambridge University Press.

Bekoff, M., Jessica, P. (2009). *Wild Justice: The Moral Lives of Animals.* Chicago: University of Chicago Press.

Belsky, J. (1997). „Theory testing, effect-size evaluation, and differential susceptibility to rearing influence: The case of mothering and attachment", în *Child Development*, 64: 598–600.

Bendicsen, H. (2013). *The Transformational Self: Attachment and the End of the Adolescent Phase.* Londra: Karnac Books.

Benedek, T. (1938). „Adaptation to reality in early infancy", în *Psychoanalysis Quarterly*, 7: 200–214.

Bengali, S. & Mostaghim, R. (2016). „More women in Iran are forgoing marriage: One reason? The men aren't good enough", în *Los Angeles Times*, 11 noiembrie. Accesat la http://beta.latimes.com/world/la-fg-iran-unmarried-snap-story.html.

Benjamin, J. (2004). „Beyond doer and done to: An intersubjective view of thirdness", în *Psychoanalytic Quarterly*, 73: 5–46.

Bergman, A. (1980). „Ours, yours, mine", în *Rapprochements: The Critical Subphase of Separation-Individuation*, eds. R. Lax, S. Bach & J.A. Burland, pp. 199–216. New York, NY: Jason Aronson.

———. (1999). *Ours, Yours, Mine: Mutuality and the Emergence of the Separate Self*. Northvale, NJ: Jason Aronson.

Bialik, K. (2017). „Key facts about race and marriage: 50 years after Loving vs. Virginia", *FactTank News in Numbers-Pew Research Center*, 12 iunie. Accesat pe 25 februarie 2018, la www.pewresearch.org/fact-tank/2017/06/12/key-facts-about-race-and-marriage-50-years-after-loving-v-virginia/

Binstock, W. (1973). „On the two forms of intimacy", în *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 21: 93–107.

Bion, W.R. (1962). *Learning from Experience*. Londra: Heinemann Medical Maresfield Library, 1984.

———. (1962). „The psycho-analytic study of thinking", în *International Journal of Psychoanalysis*, 43: 306–310.

———. (1967). *Second Thoughts*. Londra: Heinemann.

———. (1970). *Attention and Interpretation*. Londra: Karnac Books, 1984.

Blos, P. (1967). „The second individuation process of adolescence", în *Psychoanalytic Study of the Child*, 22: 162–186.

———. (1968). *On Adolescence: A Psychoanalytic Interpretation*. New York: Free Press.

———. (1979). *The Adolescent Passage: Developmental Issues*. New York: International Universities Press.

Bochner, A. (2017). „Heart of the matter: A mini-manifesto for autoethnography", în *International Review of Qualitative Research*, 10(1): 67–80. DOI: 10.1525/irqr.2017.10.1.67

Bodnar, S. (2004). „Remember where you come from: Dissociative process in multicultural individuals", în *Psychoanalytic Dialogues*, 14(5): 581–603.

Bodner, G. (2017). „Panel Report IPA Congress, Buneos Aires, 2017: Intimacy and technology: Developing a psychoanalytic dialogue", în *International Journal of Psychoanalysis*, 98: 1800–1802.

Bolger, N., Amarel, D. (2007). „Effects of social support visibility on adjustment to stress: Experimental evidence", în *Journal of Personality and Social Psychology*, 92: 458–475.

Bollas, C. (2006). „Perceptive identification", în *Psychoanalytic Review*, 93: 713–717.

Bolognini, S. (2008). *Secret Passages: The Theory and Technique of Interpsychic Relations*, trad. G. Atkinson. New York, NY: Routledge, 2011.

———. (2016). „The interpsychic dimension in the psychoanalytic interpretation", în *Psychoanalytic Inquiry*, 36: 102–111.

Bonovitz, C. (2009). „Mixed race and the negotiation of racialized selves: Developing the capacity for internal conflict", în *Psychoanalytic Dialogues*, 19(4): 426–441.

Bouvet, M. (1958). „Technical variations and the concept of distance", în *International Journal of Psychoanalysis*, 39: 211–221.

Bowen, M. (2004). „On the differentiation of the self", în *Family Therapy in Clinical Practice*, pp. 467–528. New York: Rowman & Littlefield.

Bowlby, J. (1958). „The nature of the child's tie to his mother", în *International Journal of Psychoanalysis*, 39: 350–373.

———. (1969). *Attachment and Loss: Vol. 1: Attachment*. New York: Basic Books.

———. (1973). *Attachment and Loss: Vol. 2: Separation*. New York: Basic Books.

———. (1980). *Attachment and Loss: Vol. 3: Loss, Sadness and Depression*. Londra: Hogarth Press.

———. (2011). *O bază de siguranță. Aplicații clinice ale teoriei atașamentului*. București: Editura Trei.

Box, S. (Ed.) (1994). *Crisis at Adolescence: Object Relations Therapy with the Family*. Northvale, NJ: Jason Aronson.

Brabender, V., Fallon, A. (2013) *Working with Adoptive Parents: Theory, Research and Therapeutic Interventions*. New York: Wiley.

Brahnam, S. (2017). „Comparison of in-person and screen-based analysis using communication models: A first step toward the psychoanalysis of telecommunications and its noise", în *Psychoanalytic Perspectives*, 14(2): 138–158.

Bretherton, I., Munholland, K.A. (2016). „The internal working model construct in light of contemporary neuroimaging research", în *Handbook of Attachment: Theory, Research, and*

Clinical Applications, Third Edition, eds. J. Cassidy & P.R. Shaver, pp. 63–90. New York: Guilford Press.

Brody, E.B. (1978). „Intimacy and the fantasy of becoming both sexes", în *Journal of the American Academy of Psychoanalysis*, 6: 521–531.

Bromberg, P.M. (1996). „Standing in the spaces: The multiplicity of self and the psychoanalytic relationship", în *Contemporary Psychoanalysis*, 32: 509–535.

———. (1998). *Standing in the Spaces: Essays on Clinical Process, Trauma and Dissociation*. Hillsdale, NJ: The Analytic Press.

———. (2011). *The Shadow of the Tsunami and the Growth of the Relational Mind*. New York; Londra: Routledge.

Brown, L.J. (2011). *Intersubjective Processes and the Unconscious: An Integration of Freudian, Kleinian and Bionian Perspectives*. New York: Taylor and Francis.

Brown, S., Christopher, V. (2009). *Play: How It Shapes the Brain, Opens the Imagination, and Invigorates the Soul*. New York: Avery.

Buber, M. (1958). *I and Thou*. New York: Scribner.

Burch, N. (2004). „Closeness and intimacy", în *British Journal of Psychotherapy*, 20: 361–371.

Burghardt, G.M. (2005). *The Genesis of Animal Play: Testing the Limits*. Cambridge, MA: Massachusetts Institute of Technology Press.

Burnet, F.H. (1911/2017). *Grădina secretă*. București: Editura Didactică Publishing House.

Burnham, D.L., Gladstone, A.E. & Gibson, R.W. (1969). *Schizophrenia and the Need-Fear Dilemma*. New York, NY: International Universities Press.

Butler, J. (1995). „Melancholy gender-refused identification", în *Psychoanalytic Dialogues*, 5: 165–180.

Cahill, L. (2015). „Healing horses: How therapeutic riding lessons can help children with special needs", în *The Irish Field*, 6 martie. Accesat pe 28 decembrie 2017, la https://www.theirishfield.ie/healing-horses-how-therapeutic-riding-lessons-can-help-with-special-needs-175861/

Carlino, R. (2011). *Distance Psychoanalysis: The Theory and Practice of Using Communication Technology in the Clinic*. Londra: Karnac Books.

Casado, E., Lasen, A. (2014). „What is disturbing and why not to disturb: On mobile phones, gender, and privacy within heterosexual intimacy", în *Mobile Media & Communication*, 2(3): 249–264.

Cashin, S. (2017). *Loving: Interracial Intimacy in America and the Threat to White Supremacy*. Boston: Beacon Press.

Cassidy, J. (2001). „Truth, lies, and intimacy: An attachment perspective", în *Attachment and Human Development*, 3: 121–155.

———. (2016). „The nature of the child's ties", în *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications, Third Edition*, eds. J. Cassidy and P.R. Shaver, pp. 3–24. New York: Guilford Press.

Cassidy, J., Main, M. (1984). „The relationship between infant-parent attachment and the ability to tolerate brief separation at six years", în *Frontiers of Infant Psychiatry*, 2: 132–136.

Cassidy, J., Shaver, P.R. (eds.) (2016). *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications, Third Edition*. New York: Guilford Press.

Celenza, A. (2015). *Erotic Revelations: Clinical Applications and Perverse Scenarios*. Londra: Routledge.

Chavis, D.A. (2017). Prezentare în cadrul Congresului IPA de la Buenos Aires, 2017: „What does intimacy in the psychoanalytic setting mean?", în *International Journal of Psychoanalysis*, 98: 1775–1778.

Chavooshi, B., Mohammadkhani, P. & Dolatshahee, B. (2017). „Telemedicine vs. in-person delivery of intensive short-term dynamic psychotherapy for patients with medically unexplained pain: A 12-month randomized, controlled trial", în *Journal of Telemedicine and Telecare*, 23(1): 133–141.

Chefetz, R.A., Bromberg, P.M. (2004). „Talking with «me» and «not-me»: A dialogue", în *Contemporary Psychoanalysis*, 40(3): 409–464.

Chen, G.M. (1995). „Differences in self-disclosure patterns among Americans versus Chinese: A comparative study", în *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 26(1): 84–91.

Chodorow, N. (1978). *The Reproduction of Mothering: Psychoanalysis and the Sociology of Gender*. Berkeley, CA: University of California Press.

Chou, H.G., Edge, N. (2012). „They are happier and having better lives than I am: The impact of using Facebook on perceptions of others' lives", în *Cyberpsychology Behavior and Social Networking*, 15(2): 117–121.

Ciaramelli, F. (2001). „Friendship and desire", în *Free Associations*, 8(3): 368–389.

Civitarese, G., Ferro, A. (2015). *The Analytic Field and Its Transformations*. Londra: Karnac Books.

Colarusso, C.A. (2009). „The relentless past", în *Psychoanalytic Study of the Child*, 64: 320–350.

Common Sense Media. (2016). *Dealing with Devices: The Parent Teen Dynamic [Data file]*. Accesat pe 4 februarie 2018, la www.commonsensemedia.org/technology-addiction-concern-controversy-and-finding-balance-infographic

Cooper, S.H. (2008). „Privacy, reverie, and the analyst's ethical imagination", în *Psychoanalytic Quarterly*, 77: 1045–1073.

———. (2014). „The things we carry: Finding/creating the object and the analyst's self-reflective participation", în *Psychoanalytic Dialogues*, 24: 621–636.

Cullen, M. (2011). „Mindfulness-based interventions: An emerging phenomenon", în *Mindfulness*, 2(3): 186–193.

Darooneh, T., Ozgoly, G., Sheikhan, Z. & Nasiri, M. (2017). „A Study on the relationship of economic and demographic factors with sexual and marital satisfaction in a sample of Iranian women, 2015–2016", în *Journal of Isfahan Medical School*, 35(418): 50–56.

Davies, J.M. (2013). „My «enfant terrible» is twenty: A discussion of Slavin's and Gentile's retrospective reconsideration of «Love in the Afternoon»", în *Psychoanalytic Dialogues*, 23: 170–179.

Dawkins, R. (2008). *The God Delusion*. Boston, MA: Mariner Books.

de Setton, L.S. (2015). „Is there a difference between telephone and in-person sessions?", în *Psychoanalysis Online 2: Impact of Technology on Development, Training, and Therapy*, ed. J. Scharff. Londra: Karnac Books.

de Wit, M.M., de Vries, S., van der Kamp, J. & Withagen, R. (2017). „Affordances and neuroscience: Steps towards a successful marriage", în *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 80: 622–629.

Dehghanpisheh, B. (2014). „Rise in divorce in Iran linked to shift in status of women", în *Reuters World News*, 22 octombrie. Accesat la www.reuters.com/article/us-iran-divorce/rise-in-divorce-in-iran-linked-to-shift-in-status-of-women-idUSKCN0IB0GQ20141022

Demir, M. (2015). *Friendship and Happiness Across the Life-Span and Cultures*. New York, NY: Springer.

Derrida, J. (1993). „Politics of friendship", în *American Imago*, 50(3): 353–339.

DeWolff, M., Van Ijzendoorn, M. (1997). „Sensitivity and attachment: A meta-analysis on parental antecedents of infant attachment", în *Child Development*, 68(4), 571–591.

Dicks, H.V. (1967). *Marital Tensions: Clinical Studies Towards a Psychoanalytic Theory of Interaction*. Londra: Routledge and Kegan Paul.

Diminich, E.D., Bonanno, G.A. (2014). „Faces, feelings, words: Divergence across channels of emotional responding in complicated grief", în *Journal of Abnormal Psychology*, 123: 350–361.

Dion, K.K., Dion, K.L. (1993). „Individualistic and collectivistic perspectives on gender and the cultural context of love and intimacy", în *Journal of Social Issues*, 49(3): 53–69.

Donne, J. (1611). „A valediction: Forbidding mourning", în *The Complete Poetry and Selected Prose of John Donne*, ed. C.M. Coffin, p. 38. New York: Modern Library Editions, 2001.

Downes, D. (1966). *The Delinquent Solution: A Study in Sub-Cultural Theory*. Londra: Palgrave Macmillan.

Durkheim, E. (1893/1960). *The Division of Labor in Society*, trad. G. Simpson. New York: The Free Press.

———. (1897/1951). *Suicide: A Study in Sociology*, trad. J. Spaulding & G. Simpson. New York: The Free Press.

Durkheim, É., Buss, R., Sennett, R. & Riley, A. (1897). *On Suicide*. Londra: Penguin Books, 1985.

Dykas, M.J. & Cassidy, J. (2011). „Attachment and the processing of social information across the life span: Theory and evidence", în *Psychological Bulletin*, 137: 19–46.

Ehrenberg, D.B. (1974). „The intimate edge in therapeutic relatedness", în *Contemporary Psychoanalysis*, 10: 423–437.

———. (1992). *The Intimate Edge: Extending the Reach of Psychoanalytic Interaction*. New York, NY: W.W. Norton & Company.
Ehrlich, H.S. (1998). „On loneliness, narcissism, and intimacy", în *American Journal of Psychoanalysis*, 58: 135–162.
Eisnitz, A. (1980). „The organization of the self-representation and its influence on pathology", în *Psychoanalytic Quarterly*, 49: 361–392.
Elston, H. (2018). „Behind the veil: Iranian women cast off their hijabs — in pictures", în *Guardian*, 6 ianuarie. Accesat la www.theguardian.com/artanddesign/gallery/2018/jan/06/behind-the-veil-iranian-women-cast-off-their-hijabs-in-pictures
Erikson, E. (1950). *Childhood and Reality*. New York, NY: W.W. Norton & Company.
———. (1968). *Identity, Youth, and Crisis*. New York, NY: W.W. Norton & Company.
———. (2015). *Copilărie și societate*. București: Editura Trei.
Essig, T. (2012a). „Psychoanalysis lost and found-in our culture of simulation and enhancement", în *Psychoanalytic Inquiry*, 32(5): 438–453.
———. (2012b). „The addiction concept and technology: Diagnosis, metaphor, or something else? A psychodynamic point of view", în *Journal of Clinical Psychology*, 68(11): 1175–1184.
———. (2013). „The mystery of social media: Talking with ISPSO about «screen-relations»", în *Forbes*. Accesat pe 4 februarie 2018, la www.forbes.com/sites/toddessig/2013/01/22/the-mystery-of-social-media-talking-with-ispso-about-screen-relations
———. (2015a). „The gains and losses of screen relations: A clinical approach to simulation entrapment and simulation avoidance in a case of excessive internet pornography use", în *Contemporary Psychoanalysis*, 51(4): 680–703.
———. (2015b). „The «full training illusion» and the myth of functional equivalence", în *The Round Robin*, ediția de primăvară, XXX: 2. Accesat pe 16 ianuarie 2018, la http://internationalpsychoanalysis.net/wp-content/uploads/2015/05/RoundRobin2Essig2015FINAL.pages.pdf
———. (2017). „What happens when you can always get what you want: Sex-bots and text therapy", în *Forbes*. Accesat pe 4

februarie 2018, la www.forbes.com/sites/toddessig/2017/08/13/what-happens-when-you-can-always-get-what-you-want-sex-botsand-text-therapy

Essig, T., Russell, G.I. (2017). „A note from the guest editors", în *Psychoanalytic Perspectives*, 14(2): 131–137.

Fairbairn, W. (1952). *An Object Relations Theory of Psychoanalysis*. New York, NY: Basic Books.

———. (1963). „Synopsis of an object-relations theory of the personality", în *International Journal of Psychoanalysis*, 44: 224–225.

Farnam, F., Raisi, F., Janghorbani, M. & Merghati-Khoei, E. (2016). „How do Iranian women with sexual problems conceptualize sexuality? A qualitative research", în *Nursing Practice Today*, 3(3): 107–115.

Feeney, B.C., Collins, N.L. (2015). „Thriving through relationships", în *Current Opinion in Psychology*, 1: 22–28. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2014.11.001

Feeney, B.C., Thrush, R.L. (2010). „Relationship influences on exploration in adulthood: The characteristics and function of a secure base", în *Journal of Personality and Social Psychology*, 98: 57–76.

Feeney, B.C., Van Vleet, M. & Jakubiak, B.K. (2015). „An attachment theoretical perspective on optimal dependence in close relationships, în *Attachment Theory and Research: New Directions and Emerging Themes*, eds. J.A. Simpson & W.S. Rholes, pp. 195–233. New York: Guilford Press.

Feeney, B.C., Woodhouse, S.S. (2016). „Caregiving", în *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications, Third Edition*, eds. J. Cassidy & P.R. Shaver, pp. 827–851. New York: Guilford Press.

Feeney, J. Noller, P. & Callan, V. (1994). „Attachment style, communication and satisfaction in the early years of marriage. Advances in Personal Relationships", în K. Bartholomew & D. Perlman (eds.), *Advances in Personal Relationships, Vol. 5. Attachment Processes in Adulthood*, pp. 269–308. Londra, England: Jessica Kingsley Publishers.

Feeney, J.A. (1994). „Attachment style, communication patterns, and satisfaction across the life cycle of marriage", în

Personal Relationships, 1(4): 333–348. https://doi.org/10.1111/j.1475–6811.1994.tb00069.x

———. (1996). „Attachment, caregiving, and marital satisfaction", în *Personal Relationships*, 3: 401–416.

———. (2016). „Adult romantic attachment: Developments in the study of couple relationships", în *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications, Third Edition*, eds. J. Cassidy & P.R. Shaver, pp. 435–463. New York: Guilford Press.

Feldman, M. (2007). „Addressing parts of the self", în *International Journal of Psychoanalysis*, 88: 371–386.

Ferenczi, S. (1928). „The elasticity of psychoanalytical technique", în *Final Contributions to the Problems and Methods of Psychoanalysis*, pp. 87–101. New York, NY: Basic Books, 1955.

———. (1929). „The unwelcome child and his death instinct", în *International Journal of Psychoanalysis*, 10: 125–129.

———. (1931). „Child-analysis in the analysis of adults", *International Journal of Psychoanalysis*, 12: 468–482.

Ferreira, A. (1964). „The intimacy need in psychotherapy", în *American Journal of Psychoanalysis*, 24: 190–194.

Ferro, A., Basile, R. (eds.) (2009). *The Analytic Field — A Clinical Concept*. Londra: Karnac.

Fishbane, M.D. (2015). „Couple therapy and interpersonal neurobiology", în *Clinical Handbook of Couple Therapy*, a cincea ediție, eds. A. Gurman, J. Lebow & D. Snyder, pp. 681–701. New York: Guilford Press.

Fisher, H.E., Aron, A., Mashek, D., Li, H. & Brown, L.L. (2002). „Defining the Brain Systems of Lust, Romantic Attraction, and Attachment", în *Archives of Sexual Behavior* 31: 413–419. https://doi.org/10.1023/A:1019888024255

Fonagy, P. (2008). „A genuinely developmental theory of sexual enjoyment and its implications for psychoanalytic technique", în *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 56: 11–36.

Fraiberg, S., Adelson, E. & Shapiro, V. (1975). „Ghosts in the nursery", în *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*, 14(3), 387–421.

Fraley, R.C. (2010). *A brief overview of adult attachment theory and research.* Accesat pe 2 februarie 2018, la https://internal.psychology.illinois.edu/~rcfraley/attachment.htm.

Fraley, R.C., Davis, K.E. (1997). „Attachment formation and transfer in young adults' close friendships and romantic relationships", în *Personal relationships*, 4(2), 131–144.

Fraley, R. & Shaver, P. (2000). „Adult Romantic Attachment: Theoretical Developments, Emerging Controversies, and Unanswered Questions", în *Review of General Psychology*, 4: 132–154. https://doi.org/10.1037//1089-2680.4.2.132

———. (2016). „Attachment, loss, and grief: Bowlby's views, new developments, and current controversies", în *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications, Third Edition*, eds. J. Cassidy & P.R. Shaver, pp. 40–62. New York: Guilford Press.

Freud, A. (2002). *Normal și patologic la copil.* București: Editura Fundației Generația.

Freud, E. (Ed.) (1961). *The Letters of Sigmund Freud 1873–1839*, trad. J. Stern & T. Stern. Londra: Hogarth Press.

Freud, S. (1900) *Opere esențiale, vol. 11 — Interpretarea viselor.* București: Editura Trei, 2010.

———. (1905b) „Trei eseuri asupra teoriei sexualității", în *Opere esențiale, vol. 5 — Studii despre sexualitate*, pp. 39–173. București: Editura Trei, 2010.

———. (1907) „Delir și vise în *Gradiva* de Jensen", în *Opere esențiale, vol. 10 — Eseuri de psihanaliză aplicată*, pp. 19–109. București: Editura Trei, 2010.

———. (1909a) „Micul Hans. Analiza fobiei unui băiețel de 5 ani", în *Opere esențiale, vol. 8 — Nevroza la copil*, pp. 9–141. București: Editura Trei, 2010.

———. (1909b) „Remarci asupra unui caz de nevroză obsesională", în *Opere esențiale, vol. 7 — Nevroză, psihoză, perversiune*, pp. 35–123. București: Editura Trei, 2010.

———. (1910) „Despre un anumit tip de alegere a obiectului la bărbat", în *Opere esențiale, vol. 5 — Studii despre sexualitate*, pp. 217–231. București: Editura Trei, 2010.

———. (1912) „Sfaturi pentru medic, în ceea ce privește tratamentul psihanalitic", în *Opere esențiale, vol. 11 — Tehnica psihanalizei*, pp. 213–227. București: Editura Trei, 2010.
———. (1913) „Totem și tabu", în *Opere esențiale, vol. 9 — Studii despre societate și religie*, pp. 337–537. București: Editura Trei, 2010.
———. (1914) „Pentru a introduce narcisismul", în *Opere esențiale, vol. 3 — Psihologia inconștientului*, pp. 35–69. București: Editura Trei, 2010.
———. (1915b) „Pulsiuni și destine ale pulsiunilor", în *Opere esențiale, vol. 9 — Studii despre societate și religie*, pp. 71–97. București: Editura Trei, 2010.
———. (1917a). „O dificultate a psihanalizei", în *Opere, vol. 13 — Compendiu de psihanaliză*, pp. 71–81. București: Editura Trei, 2005.
———. (1917b) „Doliu și melancolie", în *Opere esențiale, vol. 3 — Psihologia inconștientului*, pp. 191–213. București: Editura Trei, 2010.
———. (1918) „Omul cu lupi. Din istoria unei nevroze infantile", în *Opere esențiale, vol. 8 — Nevroza la copil*, pp. 141–265. București: Editura Trei, 2010.
———. (1921) „Psihologia maselor și analiza Eului", în *Opere esențiale, vol. 9 — Studii despre societate și religie*, pp. 73–163. București: Editura Trei, 2010.
———. (1923) „Eul și Se-ul", în *Opere esențiale, vol. 3 — Psihologia inconștientului*, pp. 285–295. București: Editura Trei, 2010.
———. (1924) „Declinul complexului Oedip", în *Opere esențiale, vol. 5 — Studii despre sexualitate*, pp. 231–247. București: Editura Trei, 2010.
———. (1927a) „Fetișismul", în *Opere esențiale, vol. 3 — Psihologia inconștientului*, pp. 399–409. București: Editura Trei, 2010.
———. (1927b) „Viitorul unei iluzii", în *Opere esențiale, vol. 9 — Studii despre societate și religie*, pp. 163–223. București: Editura Trei, 2010.
———. (1930) „Disconfort în cultură", în *Opere esențiale, vol. 9 — Studii despre societate și religie*, pp. 223–317. București: Editura Trei, 2010.
———. (1937) „Analiză cu final și analiză nesfârșită", în *Opere esențiale, vol. 11 — Tehnica psihanalizei*, pp. 317–363. București: Editura Trei, 2010.

———. (1939) „Moise și religia monoteistă", în *Opere esențiale, vol. 9 — Studii despre societate și religie*, pp. 547–703. București: Editura Trei, 2010.

Frison, E., Eggermont, S. (2016). „«Harder, better, faster, stronger»: Negative comparison on Facebook and adolescents' life satisfaction are reciprocally related", în *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 19(3): 158–164.

Galatzer-Levy, R., Cohler, B. (1990). „The developmental psychology of the self and the changing worldview of psychoanalysis", în *Annals of Psychoanalysis*, 18: 1–44.

———. (1993). *The Essential Other: A Developmental Psychology of the Self*. New York: Basic Books.

Gao, G. (1991). „Stability of romantic relationships in China and the United States", în *Cross-cultural Interpersonal Communication, International and Intercultural Communication Annual, Vol. 15*, eds. S. Ting-Toomey & F. Korzenny, pp. 99–115. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.

Gay, P. (2012). *Freud: O viață pentru timpul nostru*. București: Editura Trei.

Gediman, H. (1985). „Impostor, inauthenticity, and feeling fraudulent", în *Journal of American Psychoanalytic Association*, 39: 911–936.

Geller, S.M., Greenberg, L.S. (2012). *Therapeutic Presence: A Mindful Approach to Effective Therapy*. Washington, DC: American Psychological Association Publications.

Gentile, J. (2013). „From truth or dare to show and tell: Reflections on childhood ritual, play, and the evolution of symbolic life", în *Psychoanalytic Dialogues*, 23: 150–169.

Gentzler, A.L., Oberhauser, A.M., Westerman, D. & Nadorff, D.K. (2011). „College students' use of electronic communication with parents: Links to loneliness, attachment, and relationship quality", în *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14(1–2): 71–74.

George, C., Kaplan, N. & Main, M. (1985). *The Adult Attachment Interview*. Manuscris nepublicat, University of California at Berkeley. Accesat pe 30 septembrie 2018, la www.psychology.sunysb.edu/attachment/measures/content/aai_interview.pdf

———. *The Adult Attachment Interview*. Manuscris nepublicat, University of California at Berkeley. Accesat pe 30 septembrie 2018, la http://www.psychology.sunysb.edu/attachment/measures/content/aai_interview.pdf

Geser, H. (2006). „Is the cell phone undermining the social order? Understanding mobile technology from a sociological perspective", în *Knowledge, Technology & Policy*, 19(1): 8–18.

Gibson, J.J. (1979). „The theory of affordances", în *The People, Place, and Space Reader*, eds. J. J. Gieseking, W. Mangold, C. Katz, S. Low & S. Saegert (2014). New York: Routledge.

Gilbert, G. (2010). Accesat pe 16 decembrie 2017, la www.theartsdesk.com/tv/hagai-levy-creator-hbos-treatment?page=0,1

Giddens, A. (1992). *The Transformation of Intimacy*. Stanford, CA: Stanford University Press.

Goldberg, H. (1976). *The Hazards of Being Male: Surviving the Myth of Masculine Privilege*. New York, NY: Nash.

Goluboff, S. (2015). „Text to sex: The impact of cell phones on hooking up and sexuality on campus", în *Mobile Media & Communication*, 4(1): 102–120.

Goodwin, R., Lee, I. (1994). „Taboo topics among Chinese and English friends", în *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 25(3): 325–328.

Greenacre, P. (1951). „Respiratory incorporation and the phallic phase", în *Psychoanalytic Study of the Child*, 6: 180–205.

———. 1960). „Further notes on fetishism", în *Psychoanalytic Study of the Child*, 15: 191–207.

Grinberg, L., Grinberg, R. (1989). *Psychoanalytic Perspectives on Migration and Exile*. New Haven: Yale University Press.

Guillory, J.E., Hancock, J.T., Woodruff, C. & Keilman, J. (2015). „Text messaging reduces analgesic requirements during surgery", în *Pain Medicine*, 16(4): 667–672.

Gunderson, J. (1985). *Borderline Personality Disorder*. Washington, DC: American Psychiatric Press.

Guntrip, H. (1969). *Schizoid Phenomena, Object Relations and the Self*. New York: International Universities Press.

Harter, S. (2015). *The Construction of the Self: Developmental and Sociocultural Foundations*. New York; Londra: Guilford Publications.

Hartman, S. (2017). „The poetic timestamp of digital erotic objects", în *Psychoanalytic Perspectives*, 14(2): 159–174.

Hartmann, H. (1960). *Psychoanalysis and Moral Values*. New York: International Universities Press.

Hazen, C., Shaver, P. (1987). „Romantic love conceptualized as an attachment process", în *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3): 511–524.

Heald, C. (2000). *Intimacy with God*. Colorado Springs, CO: NavPress.

Herzog, J. (1984). „Fathers and young children: Fathering daughters and fathering sons", în *Foundations of Infant Psychiatry*, Vol. II, eds. J.D. Kall, E. Galenson & R. Tyson, pp. 335–343. New York: Basic Books.

Hirsch, I. (1983). „Analytic intimacy and the restoration of nurturance", în *American Journal of Psychoanalysis*, 43: 325–343.

———. (1997a). „Analytic intimacy, analyzability and the vulnerable analyst", în *Free Associations*, 7: 250–259.

———. (1997b). „The integration of the interpersonal school into the psychoanalytic mainstream: A review essay on a «Meeting of Minds: Mutuality in Psychoanalysis» by Lewis Aron", în *Contemporary Psychoanalysis*, 33: 656–668.

———. (1997c). „On men's preference for men", în *Gender and Psychoanalysis*, 2(4): 469–486.

Hitchens, C. (2007). *God Is Not Great*. New York: Twelve.

Hjorth, L., Lim, S. (2012). „Mobile intimacy in an age of affective mobile media", în *Feminist Media Studies* 12(4): 477–484.

Hobbs, M., Owen, S. & Gerber, L. (2017). „Liquid love? Dating apps, sex, relationships and the digital transformation of intimacy", în *Journal of Sociology*, 53(2): 271–284.

Hofer, B.K., Moore, A.S. (2010). *The iConnected Parent: Staying Close to Your Kids in College (and Beyond) While Letting Them Grow up*. New York, NY: Free Press.

Hoffman, I.Z. (1998). *Ritual and Spontaneity in the Psychoanalytic Process: A Dialectical — Constructivist View*. Hillsdale, NJ: The Analytic Press.

Horner, A. (1986). *Being and Loving*. Northvale, NJ: Jason Aronson.

Howe, D.W. (2007). *What hath God wrought: The transformation of America, 1815–1848*. New York: Oxford University Press.

Howes, C., Spieker, S. (2016). „Attachment relationships in the context of multiple caregivers", în *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications*, eds. J. Cassidy & P. Shaver. New York: The Guilford Press.

Hsu, F.L.K. (1985). „The self in cross-cultural perspective", în *Culture and Self: Asian and Western Perspectives*, eds. A.J. Marsella, G. DeVos & F.L.K. Hsu, pp. 24–55. Londra: Tavistock Publications.

Hudson, N.W., Fraley, R.C. (2017). „Adult attachment and perceptions of closeness: Attachment and closeness perceptions", în *Personal Relationships*, 24: 17–26.

Iida, M., Seidman, G., Shrout, P.E., Fujita, K. & Bolger, N. (2008). „Modeling support provision in intimate relationships", în *Journal of Personality and Social Psychology*, 94: 460–478.

Ingram, D.H. (1986). „Remarks on intimacy and the fear of commitment", în *American Journal of Psychoanalysis*, 46: 76–79.

Intimacy. *Dictionary.com*. Accesat pe 26 ianuarie 2018, la www.dictionary.com/-browse/intimacy

Intimacy: Origin and Meaning of Intimacy by Online Etymology Dictionary. Accesat pe 2 februarie 2018, la from www.etymonline.com/word/intimacy

Intimacy. Random House. (2018). Accesat la https://www.dictionary.com/browse/intimacy?s=t

Intimus. *Wiktionary*. Accesat pe 2 februarie 2018, la https://en.wiktionary.org/wiki/intimus

Jakes, T.D. (2013). *Intimacy with God*. Ada, MI: Bethany House Publishing.

Jamieson, L. (1998). *Intimacy: Personal Relationships in Modern Societies*. Cambridge; Oxford: Polity Press; Blackwell.

Javidan, M., Dastmalchian, A. (2003). „Culture and leadership in Iran: The land of individual achievers, strong family ties, and powerful elite", în *Academy of Management Executive*, 17(4): 127–142.

Jones, J.D., Cassidy, J. & Shaver, P.R. (2015). „Adult attachment style and parenting", în *Attachment Theory and Research: New*

Directions and Emerging Themes, eds. J.A. Simpson & W.S. Rholes, pp. 234–260. New York, NY: Guilford Press.

Joseph, B. (1989). *Psychic Equilibrium and Psychic Change: Selected Papers of Betty Joseph*, eds. M. Feldman & E.B. Spillius. Londra: Tavistock; Routledge.

———. (1993). „A factor that counteracts psychic change: No resonance", în *Psyche-Z Psychoanalysis*, 47: 997–1012.

Joyce, A. (2014). „Many kids think parents are too distracted, according to annual survey by Highlights for Children Magazine", în *The Washington Post*, 9 octombrie. Accesat pe 4 februarie 2018, la www.washingtonpost.com/news/parenting/wp/2014/10/09/many-kids-think-parents-are-too-distracted-according-to-annual-survey-by-highlightsfor-children-magazine/

Kafka, J. (1989). *Multiple Realities in Clinical Practice.* New Haven, CT: Yale University Press.

Kantrowitz, J.L. (2009). „Privacy and disclosure in psychoanalysis", în *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 57: 787–806.

Kanwal, G. (2017). „«Benevolent transformation» and the centrality of idealization dynamics in Indian culture", în *Psychoanalytic Discourse*, 3 (februarie): 11–19. Accesat la www.psychoanalyticdiscourse.com/index.php/psad/article/view/41

Kaplan, H. (1990). „Sex, intimacy, and the aging process", în *Journal of American Academy of Psychoanalysis and Dynamic Psychiatry*, 18: 185–205.

Keating, T. (2009). *Intimacy with God.* New York: Crossroad Publishing Company.

Kernberg, O. (1970). „A psychoanalytic classification of character pathology", în *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 18: 800–822.

———. (1975). *Borderline Conditions and Pathological Narcissism.* New York, NY: Jason Aronson Press.

———. (1984/2014). *Tulburări grave ale personalității. Strategii psihoterapeutice.* București: Editura Trei.

———. (1992). *Aggression in Personality Disorders and Perversions.* New Haven, CT: Yale University Press.

———. (1995/2009). *Relații de iubire. Normalitate și patologie*. București: Editura Trei.

Khalifian, C.E., Barry, R.A. (2016). „Trust, attachment, and mindfulness influence intimacy and disengagement during newlyweds' discussions of relationship transgressions", în *Journal of Family Psychology*, 30: 592–601.

Khan, M. (1979). *Alienation in Perversions*. New York, NY: International Universities Press.

———. (1983). „On lying fallow", în *Hidden Selves: Between Theory and Practice in Psychoanalysis*, pp. 183–188. New York: International Universities Press.

Khoei, E.M., Richters, J. (2008). „Concepts of sexuality and health among Iranian women in Australia. *Australian Family Physician*, 37(3): 190–192.

Khoei, E.M., Whelan, A. & Cohen, J. (2008). *Sharing Beliefs: What Sexuality Means to Muslim Iranian Women Living in Australia*, pp. 237–248. Accesat pe April 23, 2008, la https://doi.org/10.1080/13691050701740039

Kia, M. (2016). „Indian friends, Iranian selves, Persianate modern", în *Comparative Studies of South Asia, Africa and the Middle East*, 36(3): 398–417.

Killian, K. (2002). „Dominant and marginalized discourses in interracial couples' narratives: Implications for family therapists", în *Family Process*, 41(4): 603–618.

———. (2017). *Interracial Couples, Intimacy and Therapy: Crossing Racial Borders*. New York: Columbia University Press.

Kimmel, M. (2008). *Guyland*. New York: Harper Collins.

Kinsey, A., Pomeroy, W. & Martin, C. (1948a). *Sexual Behavior in the Human Male*. Philadelphia, PA: W.B. Saunders.

———. (1948b). *Sexual Behavior in the Human Female*. Philadelphia, PA: W.B. Saunders.

Klein, M. (1935). „O contribuție la psihogeneza stărilor maniaco-depresive", în *Iubire, vinovăție și reparație și alte opere*, pp. 413–455, București: Editura Trei, 2011.

———. (1946). „Observații asupra unor mecanisme schizoide", în *Opere complete 2 — Invidie și recunoștință și alte lucrări, 1946–1963*, pp. 15–54. București: Editura Trei, 2008.

Kobak, R., Zajac, K. & Madsen, S.D. (2016). „Attachment disruptions, reparative processes, and psychopathology: Theoretical and clinical implications", în *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications, Third Edition*, eds. J. Cassidy & P.R. Shaver, pp. 25–39. New York: Guilford Press.

Kohut, H. (1971). *Analysis of the Self*. New York: International Universities Press.

———. (1977). *The Restoration of the Self*. New York: International Universities Press.

Kramer, S. (1996). „The development of intimacy and its relationship with the ability to have friends", în *Intimacy and Infidelity: Separation-Individuation Perspectives*, eds. S. Akhtar and S. Kramer, pp. 1–18. Northvale, NJ: Jason Aronson.

Krayer, A., Ingledew, D.K. & Iphofen, R. (2008). „Social comparison and body image in adolescence: A grounded theory approach", în *Health Education Research*, 23(5): 892–903.

Kretschmer, E. (1925). *Physique and Character*, trad. W.J.H. Sprott. New York: Harcourt-Brace.

Kristeva, J. (1994). *Strangers to Ourselves*. New York: Columbia University Press.

Kurtz, S. (1992). *All The Mothers Are One: Hindu India and the Cultural Re-shaping of Psychoanalysis*. New York: Columbia University Press.

Kurzweil, R. (2001). *The Law of Accelerating Returns*. Accesat pe 14 ianuarie 2018, la www.baxtek.com/products/wireless/files/law-of-accelerating-returns.pdf

Laplanche, J. (1995). „Seduction, persecution, revelation", în *International Journal of Psycho-Analysis*, 76: 663–682.

Lasch, C. (1979). *The Culture of Narcissism: American Life in an Age of Diminishing Expectations*. New York, NY: W.W. Norton & Company.

Lee-Won, R.J., Herzog, L. & Park, S.G. (2015). „Hooked on Facebook: The role of social anxiety and need for social assurance in problematic use of Facebook", în *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 18(10): 567–574.

Lemma, A. (2017). *The Digital Age on the Couch: Psychoanalytic Practice and New Media*. Washington, DC: Taylor & Francis.

Levenson, E.A. (1974). „Changing concepts of intimacy in psychoanalytic practice", în *Contemporary Psychoanalysis*, 10(3): 359–369.
———. (1991). „Standoffs, impasses and stalemates", în *Contemporary Psychoanalysis*, 27: 511–517.
———. (1996). „Aspects of self-revelation and self-disclosure", în *Contemporary Psychoanalysis*, 32(2): 237–248.
Levenson, R. (1984). „Intimacy, autonomy, and gender: Developmental differences and their reflection in adult relationships", în *Journal of the American Academy of Psychoanalysis*, 12: 529–544.
Lévi-Strauss, C. ([1951] 1963). *Structural Anthropology*, trad. C. Jacobson & B. Schoepf. New York: Basic Books.
Levy, R. (2017). „Intimacy: The drama and beauty of encountering the other", în *International Journal of Psycho-Analysis*, 98(3): 877–894.
Lifton, R.J. (1971). „Protean man", în *Archives of General Psychiatry*, 24: 298–304.
Lipka, M., Gecewicz, C. (2017). „More Americans say they're spiritual but not religious", în *FactTank Pew Research Analysis*, 6 septembrie. Accesat pe 25 februarie 2018, la www.pewresearch.org/fact-tank/2017/09/06/more-americans-now-say-theyre-spiritual-but-not-religious/
Livingston, G. (2017). „Among U.S. cohabitators 18 % have a partner of a different ethnicity. 46 % Asians are living with a person of a different race or ethnicity", în *FactTank: Pew Research Center*, 8 iunie. Accesat pe 2 martie 2018, la www.pewresearch.org/fact-tank/2017/06/08/among-u-s-cohabiters-18-have-a-partner-of-a-different-race-or-ethnicity/
Livingston, G., Brown, A. (2017). „Intermarriage in the U.S. 50 years after Loving vs. Virginia", în *Pew Research Center*. Accesat pe 25 februarie 2018, la www.pewsocialtrends.org/2017/05/18/intermarriage-in-the-u-s-50-years-after-loving-v-virginia/
Loewald, H.W. (1979). „The waning of the Oedipus complex", în *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 27: 751–775.
Lombard, M., Jones, M.T. (2013). „Telepresence and sexuality: A review and a call to scholars", în *Human Technology: An Interdisciplinary Journal on Humans in ICT Environments*, 9(1): 22–55.

Lucassen N., Tharner, A., Van Ijzendoorn, M., Bakermans-Kranenburg, M., Volling B., Verhulst, F., Lambregtse-Van den Berg, M. & Tiemeier, H. (2011). „The association between paternal sensitivity and infant–father attachment security: A meta-analysis of three decades of research", în *Journal of Family Psychology*, *25*(6), 986–992. doi:10.1037/a0025855.

Lup, K., Trub, L. & Rosenthal, L. (2015). „Instagram #instasad?: Exploring associations among Instagram use, depressive symptoms, negative social comparison, and strangers followed', în *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(5): 247–252.

Magaldi, D., Appel, R. & Berler, M. (În curs de tipărire.) „Adolescence and social media use", în *The Encyclopedia of Child and Adolescent Development*, eds. S. Hupp & J. Jewell. Hoboken, NJ: Wiley-Blackwell.

Magaldi-Dopman, D. & Park-Taylor, J. (2010). „Sacred adolescence: Practical suggestions for psychologists working with adolescents' religious and spiritual identity", *Professional Psychology: Research and Practice*, 41(5): 382–390.

Mahler, M.S., Pine, F. & Bergman, A. (1975). *The Psychological Birth of the Human Infant: Symbiosis and Individuation*. New York, NY: Basic Books.

Main, M., Solomon, J. (1990). „Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation", în *The John D. and Catherine T. MacArthur Foundation series on mental health and development. Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention*, eds. M.T. Greenberg, D. Cicchetti & E.M. Cummings, eds., pp.121–160. Chicago, IL: University of Chicago Press.

Majolo, B., Kaye, A., Brumpton, R., Garratt, R., Hall, K. & Wilson, N. (2006). „Human friendship favours cooperation in the Iterated Prisoner's Dilemma", în *Behavior*, 143(11): 1383–1395.

Manago, A.M., Taylor, T. & Greenfield, P.M. (2012). „Me and my 400 friends: The anatomy of college students' Facebook networks, their communication patterns, and well-being", în *Developmental Psychology*, 48(2): 369–380.

Margolis, G.J. (1966). „Secrecy and identity", în *International Journal of Psychoanalysis*, 47: 517–522.

Marshall, T. (2008). „Cultural differences in intimacy: The Influence of gender-role ideology and individualism-collectivism", în *Journal of Social and Personal Relationships*, 25(1): 143–168.

Marvin, R., Britner, P. & Russell, B. (2016). „Normative Development: The Ontogeny of Attachment in Childhood", în *Handbook of attachment: Theory, Research, and Clinical Applications*, eds. J. Cassidy & P. Shaver. New York: The Guilford Press.

Masina, L. (2017). Prezentare în cadrul Congresului IPA de la Buenos Aires, 2017: „Fear of intimacy: The pervert's uncanny false intimacy", în *International Journal of Psychoanalysis*, 98: 1773–1775.

Mayseless, O., Scharf, M. (2007). „Adolescents' attachment representations and their capacity for intimacy in close relationships", în *Journal of Research on Adolescence*, 17: 23–50.

McDaniel, B.T., Radesky, J.S. (2018). „Technoference: Parent distraction with technology and associations with child behavior problems", în *Child Development*, 89(1): 100–109.

McKnight, A. (2016). *The Changing Narratives of Intimacy in the Ann Lander's Advice Column.* Disertație de doctorat, Boston Graduate School of Psychoanalysis.

McKnight, A., Movahedi, S. (2017). *The Psychoanalytic Significance of the 'Currency of Intimacy' Within the Evolving Cultural Systems of Emotional Exchange.* Prezentare în cadrul Congresului IPA de la Buenos Aires, iulie, 25–29.

Meins, E., Fernyhough, C., de Rosnay, M., Arnott, B., Leekam, S.R. & Turner, M. (2012). „Mind-mindedness as a multidimensional construct: Appropriate and nonattuned mindrelated comments independently predict infant–mother attachment in a socially diverse sample", în *Infancy*, 17(4), 393–415.

Meissner, W. (1984). *Psychoanalysis and Religious Experience.* New Haven, CT: Yale University Press.

———. (2001). „So help me God! Do I help God or does God help me?", în *Does God Help? Developmental and Clinical Aspects of*

Religious Belief, eds. S. Akhtar & H. Parens, pp. 74–126. Northvale, NJ: Jason Aronson.

Melges, F.T. & Swartz, M.S. (1989). „Oscillations of attachment in borderline personality disorder", în *American Journal of Psychiatry*, 146: 1115–1120.

Meltzer, D. (1971). „Sincerity: A study in the atmosphere of the human relations", în *Sincerity and Other Works: Collected papers of Donald Meltzer*, ed. A. Hahn, pp. 184–284. Londra: Karnac Books, 1994.

Mihailidis, P. (2014). „A tethered generation: Exploring the role of mobile phones in the daily life of young people", în *Mobile Media and Communication*, 2(1): 58–72.

Mikulincer, M., Shaver, P.R. (2016). „Adult attachment and emotion regulation", în *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications, Third Edition*, eds. J. Cassidy & P.R. Shaver, pp. 507–533. New York: Guilford Press.

Miller, J.F. (2013). *The Triumphant Victim: A Psychoanalytical Perspective on Sadomasochism and Perverse Thinking*. Londra: Karnac Books.

Minturn, L., Hitchcock, J.T. (1966). *The Rajputs of Khalapur, India*. New York: John Wiley & Sons.

Mish, F.C. (Ed.) (1998). *Merriam Webster's Collegiate Dictionary, Tenth Edition*. Springfield, MA: Merriam Webster Press.

Mishne, J. (2002). *Multiculturalism and the Therapeutic Process*. New York: Guilford Press.

Mitchell, S. (2002). *Can Love Last? The Fate of Romance over Time*. New York: W.W. Norton and Company.

Mohammad-Alizadeh-Charandabi, S., Mirghafourvand, M., Asghari-Jafarabadi, M., Tavananezhad, N. & Karkhaneh, M. (2014). „Modeling of socio-demographic predictors of sexual function in women of reproductive age", în *Journal of the Mazandaran University of Medical Science*, 23(110): 238–242 (persană).

Moshtagh, N. (2017). *Femininity and Women's Struggle for Their Inner Voice: A Focused Group Study*. Manuscris în farsi nepublicat. Teheran, Iran: HamAva Institute of Psychotherapy.

Movahedi, S. (1996). „Metalinguistic analysis of therapeutic discourse", în *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 44(3): 837–862.

Movahedi, S., Moshtagh, N. (2018). „Persian tales on the couch: Notes on folktales as the mirror of the contemporary cultural struggles with gender and sexuality", în *International Forum of Psychoanalysis* (în curs de publicare).

Murphy, C. (2011). „Unique therapy uses horses to help children", în *Farm Ireland*, 6 iulie. Accesat pe 28 decembrie 2017.

———. (2015). „Interfaith marriage is common in the U.S. particularly among the recently wed", în *FactTank — Pew Research Center*, 2 iunie. Accesat pe 25 februarie 2018, la www.pewresearch.org/fact-tank/2015/06/02/interfaith-marriage/

Nasehi, A.A., Raisi, F., Ghaeli, P., Amini, M., Yahyavi, S.T., Arabkheradmand, J., Faghihzadeh, S., Abbasi, Z. & Abdi, F. (2017). „Prevalence of sexual dysfunction among general population of Iran: A systematic review", în *Iran Journal of Psychiatry and Behavioral Science*. Accesat pe 20 iunie 2017, la http://ijpsychiatrybs.com/en/articles/7643.html/doi:10.5812/ijpbs.7643

Nemas, C. (2017). Prezentare în cadrul Congresului IPA de la Buenos Aires, 2017: „How do we understand intimacy from an intrapsychic model: Where is the unconscious in the concept of intimacy?", în *International Journal of Psychoanalysis*, 98: 1763–1766.

Neri, D.J. (2018). „The need for nuance in the tech use debate: A conversation with Amy Orben", în *Behavioral Scientist*, 1 ianuarie. Accesat pe 4 februarie 2018, la http://behavioralscientist.org/need-nuance-conversation-amy-orben/

Nicholi, A. (2002). *The Question of God: C.S. Lewis and Sigmund Freud Debate God, Love, Sex, and the Meaning of Life*. New York: Free Press.

Nin, A. (1966). *In Favor of the Sensitive Man, and Other Essays*. Boston, MA: Mariner Books.

Nosek, L. (2009). „Body and infinite: Notes for a theory of genitality", în *Revista Brasiliera de Psicanalise*, 43: 139–151.

Nunberg, H., Federn, P. (1962). *Minutes of the Vienna Psychoanalytic Society, Vol I: 1906–1908*. New York: International Universities Press.

Oberto, R. (2017). *Intimacy with God*. New York: Opened Heart Publications.

Ogden, T.H. (1991). „Some theoretical comments on personal isolation", în *Psychoanalytic Dialogues*, 1: 377–390.

———. (1994). „The analytic field: Working with intersubjective clinical facts", în *International Journal of Psychoanalysis*, 75: 3–19.

———. (1996). „Reconsidering three aspects of psychoanalytic technique", în *International Journal of Psychoanalysis*, 77: 883–889.

———. (1997). „Reverie and interpretation", în *Psychoanalytic Quarterly*, 66: 567–595.

———. (2004/2014). *Arta psihanalizei. Visarea viselor nevisate și a strigătelor întrerupte*. București: Editura Insight.

Ogden, T., DiDonna, L. (2013). „Thomas Ogden in conversation with Luca DiDonna", în *Rivista di Psicoanalisi*, 59(3): 625–641.

Ohadi, J., Brown, B., Trub, L. & Rosenthal, L. (2017). „I just text to say I love you: Partner similarity in texting and relationship satisfaction", în *Computers in Human Behavior*, 78: 126–132.

Orbach, S. (2007). „Separated attachments and sexual aliveness: How changing attachment patterns can enhance intimacy", în *Attachment: New Directions in Psychotherapy and Relational Psychoanalysis*, 1: 8–17.

O'Reilly, T. (2017). *WTF? What's the Future and Why It's up To Us*. New York, NY: HarperCollins.

Ostow, M. (1995). *The Ultimate Intimacy: Psychoanalysis and Jewish Mysticism*. Londra: Karnac.

Overall, N.C., Fletcher, G.J.O., Simpson, J.A. & Fillo, J. (2015). „Attachment insecurity, biased perceptions of romantic partners' negative emotions, and hostile relationship behavior", în *Journal of Personality and Social Psychology*, 108: 730–749. https://doi.org/10.1037/a0038987

Paris, J. (1985). „Boundary and intimacy", în *Journal of the American Academy of Psychoanalysis*, 13: 505–510.

Parkhurst, C. (2004). *The Dogs of Babel*. Boston, MA: Back Bay Books.

Paul, R. (2005). „Anthropology", în *Textbook of Psychoanalysis*, eds. E.S. Person, A.M. Cooper & G.O. Gabbard, pp. 479–490. Washington, DC: American Psychiatric Publishing.

Pellis, S.M., Pellis, V.C. & Bell, H.C. (2010). „The function of play in the development of the social brain", în *American Journal of Play*, ediția de iarnă: 278–296.

Pettigrew, J. (2009). „Text messaging and connectedness within close interpersonal relationships", în *Marriage & Family Review*, 45(6–8): 697–716.

Pietromonaco, P.R., Beck, L.A. (2015). „Attachment processes in adult romantic relationships", în *APA Handbook of Personality and Social Psychology, Volume 3: Interpersonal Relations*, eds. M. Mikulincer, P.R. Shaver, J.A. Simpson & J.F. Dovidio, pp. 33–64. Washington, DC: American Psychological Association.

Pizer, B. (2014). „A clinical exploration of moving anger forward: Intimacy, anger, and creative freedom", în *Psychoanalytic Dialogues*, 24(1): 14–28.

Platt, C. (2017). „Death of pet", în *Bereavement: Personal Experiences and Clinical Reflections*, eds. S. Akhtar & G.S. Kanwal, pp. 143–166. Londra: Karnac.

Plowman, L., McPake, J. & Stephen, C. (2010). „The technologisation of childhood? Young children and technology in the home", în *Children & Society*, 24(1): 63–74.

Poland, W. (2017). *Intimacy and Separateness in Psychoanalysis.* Londra: Routledge.

Purser, G.S. (2007). „Subjectivity or intimacy? The chicken or the egg? What comes first?", în *Psychotherapy and Relational Psychoanal*ysis, 1(3): 294–296.

Quiroz, P.A. (2013). „From finding the perfect love online to satellite dating and «loving-the-one-you're near»: A look at Grindr, Skout, Plenty of Fish, Meet Moi, Zoosk and Assisted Serendipity", în *Humanity & Society*, 37(2): 181–185.

Radesky, J.S., Kistin, C.J., Zuckerman, B., Nitzberg, K., Gross, J., Kaplan-Sanoff, M. & Silverstein, M. (2014). „Patterns of mobile device use by caregivers and children during meals in fast food restaurants", în *Pediatrics*, 133(4): 843–849.

Radomisli, M. (1968). „Love, friendship and aim-inhibited aggression", în *Psychoanalytic Review*, 55(1): 57–61.

Rangell, L. (1963). „On friendship", în *Journal of the American Psychoanalytic* Association, 11: 3–54.

Ranney, J.D., Troop-Gordon, W. (2012). „Computer-mediated communication with distant friends: Relations with adjustment during students' first semester in college", în *Journal of Educational Psychology*, 104(3): 848–861.

Rao, D. (2005). „Manifestations of God in India: A transference patheon", în *Freud Along the Ganges: Psychoanalytic Reflections on the People and Culture of India*, ed. Salman Akhtar, pp. 271–308. New York, NY: The Other Press.

Random House. (2018). *Intimacy*. Accesat la www.dictionary.com/browse/intimacy?s=t

Réage, P. (2012). *Povestea lui O*. București: Editura Trei.

Reich, W. (1933). *Character Analysis*. New York: Farrar, Strauss and Giroux, 1972.

Rellahan, M. (2017). „Equine therapy helps Chesco inmates", în *Philadelphia Inquirer*, B-4, 26 decembrie.

Ren, D., Arriaga, X.B. & Mahan, E.R. (2017). „Attachment insecurity and perceived importance of relational features", în *Journal of Social and Personal Relationships*, 34: 446–466.

Richards, A.K., Spira, L. (2003). „On being lonely: Fear of one's own aggression as an impediment to intimacy", în *Psychoanalytic Quarterly*, 72: 257–374.

Rizzuto, A.M. (1979). *The Birth of the Living God*. Chicago, IL: University of Chicago Press.

———. (2001). „Does God help? What God? Helping whom? The convolutions of divine help", în *Does God Help? Developmental and Clinical Aspects of Religious Belief*, eds. S. Akhtar & H. Parens, pp. 19–52. Northvale, NJ: Jason Aronson.

Roback, H.B. (2000). „Adverse outcomes in group psychotherapy: Risk factors, prevention, and research directions", în *The Journal of Psychotherapy Practice and Research*, 9(3): 113–122.

Rogers, C.R. (1942). *Counseling and Psychotherapy*. Cambridge, MA: Riverside Press.

Roget, P.M., Mawson, C.O.S. (1962). *Roget's International Thesaurus*, ediția a treia. New York: Thomas Y. Crowell Company.

Roland, A. (1988). *In Search of Self in India and Japan: Towards a Cross-Cultural Psychology*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

———. (2011). *Journey to Foreign Selves: Asians and Asian Americans in a Global Era*. New Delhi, India: Oxford University Press.

Rothe, K. (2018). „Intimacy: Inner space and relating with others", în *Psychoanalysis Today*. Accesat pe 4 februarie 2018, la www.psychoanalysis.today/en-GB/PT-Articles/Rothe164015/Intimacy-Inner-Space-and-Relating-with-Others.aspx

Rotenberg, M. (1977). „«Alienating-individualism» and «reciprocal-individualism»: A cross-cultural conceptualization", în *Journal of Humanistic Psychology*, 17: 3–17.

Rubalcava, L.A., Waldman, K.M. (2004). „Working with intercultural couples: An intersubjective-constructivist perspective", în *Progress in Self Psychology*, 20: 127–149.

Rubin, L.B. (1986). „On men and friendship", în *Psychoanalytic Review*, 73B: 165–181.

Rubin, T. (1989). „Editorial: Intimacy and cultural pressures", în *American Journal of Psychoanalysis*, 49: 1–4.

Rushkoff, D. (2013). *Present Shock: When Everything Happens*. New York: Penguin.

Russell, G.I. (2015). *Screen Relations: The Limits of Computer-Mediated Psychoanalysis and Psychotherapy*. Londra: Karnac Books.

Salerno, R. (2014). „Changing patterns of intimacy: A review of «Intimacies: A new world of relational life», ed. by A. Frank, P.T. Clough & S. Seidman", în *Psychoanalytic Perspectives*, 11(3): 316–320.

Sales, N.J. (septembrie 2015). „Tinder and the dawn of the «Dating Apocalypse»", în *Vanity Fair*. Accesat pe 4 februarie 2018, la www.vanityfair.com/culture/2015/08/tinder-hook-up-culture-end-of-dating

Saul, L.J. (1951). „A note on the telephone as a technical aid", în *Psychoanalytic Quarterly*, 20: 287–290.

Sax, D. (2016). *The Revenge of Analog: Real Things and Why They Matter*. New York, NY: PublicAffairs.

Schaefer, K. (2018). *Text Me When You Get Home: The Evolution and Triumph of Modern Female Friendship*. New York: Dutton.

Schaefer, M.T., Olson, D.H. (1981). „Assessing intimacy: The PAIR inventory", în *Journal of Marital and Family Therapy*, 1: 47–60.

Schafer, R. (1995). „Aloneness in the countertransference", în *Psychoanalytic Quarterly*, 64: 496–516.

Schaffner, B. (2001). „Androgyny in Indian art and culture: Psychoanalytic implications", în *Journal of the American Academy of Psychoanalysis*, 29(1): 113–125.

Scharff, D.E., Scharff, J.S. (eds.) (2014). „An overview of psychodynamic couples therapy", în *Psychoanalytic Couple Therapy: Foundations of Theory and Practice*, pp. 3–24. Londra: Karnac.

Scharff, J.S. (Ed.) (2013). *Psychoanalysis Online: Mental Health, Teletherapy and Training, Vol. 1*. Londra: Karnac Books.

———. (2015). *Psychoanalysis Online 2: Impact of Technology on Development, Training, and Therapy*. Londra: Karnac Books.

Schimel, J. (1987). „On failed intimacy", în *Journal of the American Academy of Psychoanalysis and Dynamic Psychiatry*, 15: 553–557.

Schopenhauer, A. (1851). *Parerga und Paralipomena, Vol. II*, trad. E.F.J. Payne. Oxford, UK: Clarendon Press, 2000.

Schwaber, E. (2007). „The unending struggle to listen", în *Listening to Others: Developmental and Clinical Aspects of Empathy and Attunement*, ed. S. Akhtar, pp. 17–39. Lanham, MD: Jason Aronson.

Searles, H.F. (1960). *The Non-Human Environment in Normal Development and in Schizophrenia*. New York, NY: International Universities Press.

Senior, J. (2015). *All Joy and No Fun: The Paradox of Modern Parenthood*. New York: Ecco Press.

Shane, E., Shane, M. (1997). „Intimacy, boundaries, and countertransference in the analytic relationship", în *Psychoanal Inquiry*, 17(1): 69–89.

Sharpe, E.F. (1940). „Psycho-physical problems revealed in language: An examination of metaphor", în *International Journal of Psychoanalysis*, 21: 201–213.

Shengold, L. (1967). „The effects of overstimulation: Rat people", în *International Journal of Psychoanalysis*, 48: 403–415.

———. (1971). „More about rats and rat people", în *International Journal of Psychoanalysis*, 52: 277–288.

Shi, Q., Scharff, D.E. (2011). „Cultural factors and projective identification in understanding a Chinese couple", în *International Journal of Applied Psychoanalytic Studies*, 8(3): 207–217.

Siegel, D.J. (2015). *Brainstorm: The Power and Purpose of the Teenage Brain*. New York: Jeremy P. Tarcher; Penguin.

Slavin, J. (2010). „Becoming an individual: Technically subversive thoughts on the role of the analyst's influence"', în *Psychoanalytic Dialogues*, 20: 308–324.

Smith, A. (2012). „Part IV: Cell phone attachment and etiquette", în *Pew Research Internet Project*. Accesat pe 4 februarie 2018, la www.pewinternet.org/2012/11/30/part-iv-cell-phone-attachment-and-etiquette/

Smith, A., Anderson, M. (2016). „5 facts about online dating", în *Pew Research*. Accesat pe 4 februarie 2018, la www.pewresearch.org/fact-tank/2016/02/29/5-facts-about-online-dating/

Smith, P. (1982). „Does play matter? Functional and evolutionary aspects of animal and human play", în *Behavioral and Brain Sciences*, 5(1), 139–155. doi:10.1017/S0140525X0001092X

Solomon, J., George, C. (2008). „The measurement of attachment security and related constructs in infancy and early childhood", în J. Cassidy & P.R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*, pp. 383–416. New York, NY, US: Guilford Press.

Spangler, G., Grossmann, K. (1993). „Biobehavioral Organization in Securely and Insecurely Attached Infants", în *Child Development*, 64: 1439–1450. https://doi.org/10.2307/1131544

Sperling, M. (1952). „Animal phobias in a 2-year old child", în *Psychoanalytic Study of the Child*, 7: 115–125.

———. (1971). „Spider phobias and spider fantasies: A clinical contribution to the study of symbol and symptom choice", în *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 19: 472–498.

Sroufe, A. L., Waters, E. (1977). „Attachment as an organizational construct", în *Child Development*, 48: 1184–1199.

Standage, T. (1998). *The Victorian Internet: The Remarkable Story of the Telegraph and the Nineteenth Century's Online Pioneers*. New York, NY: Berkeley Books.

Stein, R. (1998). „The enigmatic dimension of sexual experience: The «otherness» of sexuality and primal seduction", în *Psychoanalytic Quarterly*, 67: 594–625.

Stern, D.N. (2019). *Lumea interpersonală a copilului*. București: Editura Trei.

Stern, D.N., Sander, L.W., Nahum, J.P., Harrison, A.M., Lyons-Ruth, K., Morgan, A.C., Bruschweiler-Stern, N. & Tronick, E.Z. (1998). „Non-interpretive mechanisms in psychoanalytic therapy: The «something more» than interpretation", în *International Journal of Psychoanalysis*, 79(5): 903–921.

Stern, S. (2009). „The dialectic of empathy and freedom", în *International Journal of Psychoanalytic Self Psychology*, 4(2): 132–164.

Stolorow, R.D., Grand, H.T. (1973). „A partial analysis of a perversion involving bugs", în *International Journal of Psychoanalysis*, 54: 349–360.

Stone, L. (2009, 30 noiembrie). „Beyond simple multitasking: Continuous partial attention", în *Linda Stone*. Accesat pe 4 februarie 2018, from https://lindastone.net/2009/11/30/beyond-simple-multi-tasking-continuous-partial-attention/

Stovall-McClough, K.C. & Dozier, M.T. (2016). „Attachment states of mind and psychopathology in adulthood", în *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications*, ediția a treia, eds. J. Cassidy & P.R. Shaver, pp. 715–738. New York: Guilford Press.

Strathearn, L. (2011). „Maternal neglect: oxytocin, dopamine and the neurobiology of attachment", în *Journal of neuroendocrinology*, 23(11), 1054–1065.

Sullivan, H.S. (2018). *Teoria interpersonală a psihiatriei*. București: Editura Trei.

Syasar, Z.S., Bakhshani, N.M. (2014). „The study of sexual function of couples and its relationship with domestic violence", în *Journal of Novel Applied Sciences*, 3(11): 1308–1311.

Tähkä, V. (1993). *Mind and Its Treatment: A Psychoanalytic Approach.* Madison, CT: International Universities Press.

Tell, C. (2013). „Step away from the phone", în *The New York Times*, 22 septembrie. Accesat pe 4 februarie 2018, la www.nytimes.com/2013/09/22/fashion/step-away-from-thephone.html

Thayer, E.C. (1879). *Wired Love: A Romance of Dots and Dashes.* Accesat pe 4 februarie 2018, la www.gutenberg.org/ebooks/24353

Thompson, M.G. (1998). „Manifestations of transference: Love, friendship, rapport", în *Contemporary Psychoanalysis*, 34(4): 543–561.

Thomson, J.A., Aukofer, C. (2011). *Why We Believe in God(s)?* Charlottesville, VA: Pitchstone Publishing.

Thorne, B. (1991). „The quality of tenderness", în *Person-Centred Counselling*, pp. 73–81. Londra: Whurr.

Ting-Toomey, S. (1991). „Intimacy expressions in three cultures: France, Japan, and the United States", în *International Journal of Intercultural Relations*, 15(1): 29–46.

Toffler, A. (2000). *Şocul viitorului.* București: Editura Antet.

Traub-Werner, D. (1986). „The place and value of bestophilia in perversions", în *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 34: 975–992.

Trub, L., Barbot, B. (2016). „The paradox of phone attachment: Development and validation of the Young Adult Attachment to Phone Scale (YAPS)", în *Computers in Human Behavior*, 64: 663–672.

———. (2020). „Great Escape or Path to Self-Expression?: Development and Validation of a Scale of Motivations for Text Messaging", în *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 53(1): 44–61.

Trub, L., Starks, T.J. (2017). „Textual healing: Proof of concept study examining the impact of a mindfulness intervention on smartphone behavior", în *Mindfulness*, 8(5): 1225–1235.

Turkle, S. (1995). *Life on the Screen: Identity in the Age of the Internet.* New York, NY: Simon & Schuster.

———. (2004). „Whither psychoanalysis in computer culture?", în *Psychoanalytic Psychology*, 21(1): 16–30.

———. (2011). *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other*. New York, NY: Basic Books.

———. (2015). *Reclaiming Conversation: The Power of Talk in a Digital Age*. New York, NY: Penguin Press.

Turkle, S., Essig, T. & Russell, G.I. (2017). „Afterword: Reclaiming psychoanalysis: Sherry Turkle in conversation with the editors", în *Psychoanalytic Perspectives*, 14(2): 237–248.

Twenge, J. (2017a). „Have smartphones destroyed a generation?", în *The Atlantic*, septembrie 2017. Accesat pe 4 februarie 2018, la www.theatlantic.com/magazine/archive/2017/09/has-the-smartphone-destroyed-a-generation/534198/

———. (2017b). *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy — and Completely Unprepared for Adulthood*. New York, NY: Simon & Schuster.

Twenge, J.M., Park, H. (2017). „The decline in adult activities among U.S. adolescents, 1976–2016", în *Wileyonlinelibrary: Child Development*, 17 septembrie. doi:10.1111/cdev.12930

Tyson, P. & Tyson, R. (1999). *Psychoanalytic Theories of Development*. New Haven, CT: Yale University Press.

van Ijzendoorn, M. H. (1995). „Adult attachment representations, parental responsiveness, and infant attachment: A meta-analysis on the predictive validity of the Adult Attachment Interview", în *Psychological Bulletin*, 117(3): 387–403. http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.387

von Krafft-Ebing, R. (1892). *Psychopathia Sexualis*. New York: Arcade Publishing, 1998.

Walsh, F. (2008). „Spirituality, healing and resilience", în *Re-Visioning Family Therapy: Race, Culture, and Gender in Clinical Practice*, eds. M. McGoldrick & K.V. Hardy. New York: Guilford Press.

Wang, W. (2015). „Interracial Marriage: Who is marrying out?", în *FactTank — Pew Research Center*, 12 iunie. Accesat pe 25 februarie 2018, la www.pewresearch.org/fact-tank/2015/06/12/interracial-marriage-who-is-marrying-out/

Weinberg, H. (1989). „Clinical aspects of friendliness and friendship", în *Contemporary Psychoanalysis*, 25: 357–370.

Wheeler, L., Reis, H.T. & Bond, M.H. (1989). „Collectivism-individualism in everyday social life: The middle kingdom and the melting pot", în *Journal of personality and Social Psychology*, 57(1): 79–86.

Wheelis, A. (1994). *The Way Things Are*. Fort Worth, TX: Baskerville Publishers.

Williams, M. (2018). *Iepurașul de catifea*. Oradea: Editura Aquila.

Wilson, R. (2017). „Census: More Americans have college degrees than ever before", în *The Hill/The Hill.com*, 3 aprilie.

Winch, A. (2013). *Girlfriends: Postfeminist Sisterhood*. Londra: Palgrave.

Winnicott, D.W. (1953). „Obiecte tranziționale și fenomene tranziționale", în *Opere 6 — Joc și realitate*, pp. 15–48. București: Editura Trei, 2006.

———. (1958). „Capacitatea de a fi singur", în *Opere 4 — Procesele de maturizare*, pp. 32–43. București: Editura Trei, 2004.

———. (1960a). „Perturbarea Eului în termeni de sine adevărat și fals", în *Opere 4 — Procesele de maturizare*, pp. 178–195. București: Editura Trei, 2004.

———. (1960b). „Teoria relației părinte-bebeluș", în *Opere 4 — Procesele de maturizare*, pp. 43–69. București: Editura Trei, 2004.

———. (1963). „Dezvoltarea capacității de a fi îngrijorat", în *Opere 4 — Procesele de maturizare*, pp. 91–104. București: Editura Trei, 2004.

———. (1969). „Folosirea unui obiect și relaționarea prin intermediul identificărilor", în *Opere 6 — Joc și realitate*, pp. 126–138. București: Editura Trei, 2006.

———. (2006). *Opere 6 — Joc și realitate*. București: Editura Trei.

———. (1984). *Home Is Where We Start from*. New York, NY: W.W. Norton & Company.

Yekta, Z.P., Raisi, F., Ebadi, A. & Shahvari, Z. (2015). „Sexual satisfaction concept analysis in Iranian married women: A hybrid model study", în *Global Journal of Health Science*, 7: 345–353.

Yerushalmi, H. (2013). „On the therapist's yearning for intimacy", în *Psychoanalytic Quarterly*, 82: 671–687.

Young, L.J., Wang, Z. (2004). „The neurobiology of pair bonding", în *Nature Neuroscience*, 7: 1048–1054.

Zalusky, S. (1998). „Telephone analysis: Out of sight but not out of mind", în *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 46(4): 1221–1242.

Zhang, Y., Van Hook, J. (2009). „Marital dissolution among interracial couples", în *Journal of Marriage and Family*, 71(1): 95–107.

Zeifman, D., Hazan, C. (2016) „Pair bonds as attachments: Mounting evidence in support of Bowlby's hypothesis", în *Handbook of attachment: theory, research, and clinical applications*, eds. J. Cassidy & P.R. Shaver. New York: The Guilford Press.

Zolfaghari, H. (2010). *The Encyclopedia of Persian Proverbs*. Teheran: Moein.

Despre coordonatori și autori

Salman Akhtar, M.D. (doctor în științe medicale), este profesor de psihiatrie la Jefferson Medical College și analist formator și supervizor în cadrul Centrului de Psihanaliză din Philadelphia. A făcut parte din colectivul de redacție al publicațiilor *International Journal of Psychoanalysis*, *Journal of the American Psychoanalytic Association* și *Psychoanalytic Quarterly*. Cele mai mult de 300 de titluri publicate includ 82 de cărți, pentru 18 dintre acestea fiind autor unic: *Broken Structures* (1992), *Quest for Answers* (1995), *Inner Torment* (1999), *Immigration and Identity* (1999), *New Clinical Realms* (2003), *Objects of Our Desire* (2005), *Regarding Others* (2007), *Turning Points in Dynamic Psychotherapy* (2009), *The Damaged Core* (2009), *Comprehensive Dictionary of Psychoanalysis* (2009), *Immigration and Acculturation* (2011), *Matters of Life and Death* (2011), *The Book of Emotions* (2012), *Psychoanalytic Listening* (2013), *Good Stuff* (2013; trad. rom: *Sursele bucuriei*, București: Editura Trei, 2018), *Sources of Suffering* (2014; trad. rom.: *Sursele suferinței*, București: Editura Trei, 2018), *No Holds Barred* (2016) și *A Web of Sorrow* (2017). Dr. Akhtar a fost invitat să susțină multe prelegeri prestigioase, incluzând o conferință plenară în cadrul celui de-al doilea Congres Internațional al Societății Internaționale de Studiu al Tulburărilor de Personalitate din Oslo, Norvegia (1991), o conferință plenară în cadrul celui de-al doilea Simpozion Internațional Margaret S. Mahler din Köln, Germania (1993), o conferință plenară în cadrul întâlnirii Rencontre Franco-Americaine de Psychanalyse din Paris, Franța (1994), un discurs inaugural în cadrul celui de-al 43-lea Congres IPA,

din Rio de Janeiro, Brazilia (2005), conferința plenară cu ocazia celei de-a 150-a aniversări a nașterii lui Freud, organizată de Societatea Psihanalitică Daneză și de Ambasada Austriei, din Leiden, Olanda (2006), și conferința inaugurală din cadrul primului Congres IPA-Asia, din Beijing, China (2010). Dr. Akhtar este laureat al unui mare număr de premii, incluzând Premiul Edith Sabshin (2000), din partea Asociației Americane de Psihanaliză, Premiul Robert Liebert (2004), din partea Universității Columbia, pentru contribuții remarcabile la psihanaliza aplicată, Premiul Kun Po Soo (2004), din partea Asociației Americane de Psihiatrie, și Premiul Irma Bland (2005), pentru abilitățile remarcabile ca formator al medicilor psihiatri rezidenți din țară. I-a fost acordat și prestigiosul Premiu Sigourney (2012), pentru contribuții remarcabile la psihanaliză. În 2013, a susținut adresa de deschidere a ceremoniilor de absolvire, în cadrul Smith College School of Social Work din Northampton, MA. Cărțile sale au fost traduse în multe limbi, printre care germană, italiană, coreeană, română, sârbă, spaniolă și turcă. Un adevărat intelectual renascentist, dr. Akhtar a fost responsabil de recenziile de film publicate în *International Journal of Psychoanalysis* și este în prezent responsabil de recenziile de carte publicate în *International Journal of Applied Psychoanalytic Studies*. A publicat nouă colecții de poezie și deține poziția de Scholar-in-Residence în cadrul Companiei de Teatru Inter-Act din Philadelphia.

Suzanne Benser, M.D., este membră a Catedrei Centrului de Psihanaliză din Philadelphia (PCOP) și cel mai recent fost președinte al consiliului administrativ. Colaborează, de asemenea, cu catedre și echipe medicale din cadrul Universității Temple, Spitalului Pennsylvania și Centrului Medical Einstein din Philadelphia, colaborând anterior și cu catedra Universității din Pennsylvania. Conduce echipa unui proiect de cercetare al PCOP, precum și o școală pentru copii aflați în centre de plasament, unde se furnizează psihoterapie psihanalitică pentru adolescenții în situații de risc. Dr. Benser a avut timp de cinci ani consecutiv funcția de conducător bilingv al Programului de Dezvoltare Vocațională pentru Începători în cadrul Ligii Majore de Baseball. Este membră a Asociației Americane de Psihanaliză, a Diviziei 39/IX de Psihanaliză pentru Responsabilitatea Socială și a Grupului de Studiu asupra Rasismului. A publicat un capitol într-o carte despre prejudecăți și are un interes deosebit cu

privire la dezvoltarea de idei care să creeze punți între teoriile intrapsihice, intersubiective și interpersonale. Dr. Benser lucrează ca psihoterapeut și psihanalist în practică privată în Bala Cynwyd, PA.

Lori C. Bohm, Ph.D. (doctor în psihologie), este analist supervizor și formator, membru al Institutului William Alanson White. Este fostul director al Centrului de Psihanaliză Aplicată și al Programului de Psihoterapie Psihanalitică Intensivă din cadrul Institutului William Alanson White. A coeditat un număr de cărți alături de Brent Willock și Rebecca Curtis, *Psychoanalytic Perspectives on Passion, Loneliness and Longing* și *Psychoanalytic Perspectives on Identity and Difference*. Lucrează în practică privată în New York City și Hastings on Hudson, New York.

Todd Essig, Ph.D, este psihanalist formator și supervizor în cadrul Institutului William Alanson White. A făcut parte din colectivul de redacție al publicațiilor *Contemporary Psychoanalysis* și *Journal of the American Psychoanalytic Association*, fiind de asemenea invitat să coediteze (alături de Gillian Isaacs Russell) numărul special, dedicat tehnologiei, al *Psychoanalytic Perspectives*. Timp de 16 ani, până în 2009, a fost Director și Fondator al The Psychoanalytic Connection (psychoanalysis.net), devenind larg cunoscut printre colegi drept pionier al utilizării inovatoare a tehnologiilor de informații pentru psihanaliști și alți specialiști din domeniul sănătății mentale. Ca urmare a tragediei de pe 11 septembrie, a ajutat la organizarea Coaliției de Consiliere în Dezastre din New York (NYDCC), fiind și președintele consiliului acesteia. În prezent, este autorul rubricii „Managing Mental Wealth" din revista *Forbes*, în cadrul căreia surprinde intersectarea tehnologiei cu viața publică și cu cea personală. Lucrează în practică privată în New York City, unde oferă tratament individual și de cuplu, în majoritatea cazurilor în cabinetul său.

April Fallon, Ph.D, este profesor și președinte al Consiliului Catedrei Fielding de Studii Postuniversitare și profesor clinician de psihiatrie la Colegiul Medical Drexel. A absolvit studiile universitare la Colegiul Allegheny (1975) și doctoratul în psihologie de la Universitatea Pennsylvania (1981). A fost recompensată cu multiple premii pentru activitatea de formator al medicilor psihiatri rezidenți, incluzând Premiul Psychiatric Educator 2012 din partea Societății de Psihiatrie din Philadelphia. A fost coautor, alături de Virginia Brabender pentru cinci cărți: *Models of Inpatient Group Psychotherapy* (1993),

Awaiting the Therapist's Baby: A Guide for Expectant Parent-Practitioners (2003), *Essentials of Group Therapy* (2004), *Group Development in Practice: Guidance for Clinicians and Researchers on Stages and Dynamics of Change* (2009) și *The Impact of Parenthood on the Therapeutic Relationship* (2018). De asemenea, a fost coautor al unei alte colecții, *Working with Adoptive Parents: Research, Theory and Therapeutic Interventions* (2013). În plus, a făcut cercetări și a scris despre dezvoltarea dezgustului la copii și adulți, cât și despre imaginea de sine și tulburările alimentare, efectele abuzurilor din copilărie, precum și despre atașament și adopție. Dr. Fallon lucrează în practică privată în Ardmore, PA.

Rama Rao Gogineni, M.D., este șeful Departamentului de psihiatrie infantilă din cadrul Spitalului Universitar Cooper și profesor clinician de psihiatrie la Facultatea de Medicină Cooper din cadrul Universității Rowan. A absolvit studiile de medicină în cadrul Universității Osmania din India (1972). A parcurs rezidențiatul în psihiatrie generală în cadrul Universității Pennsylvania (1979) și studii avansate asupra copiilor și adolescenților în cadrul Colegiului Medical din Pennsylvania. A parcurs și studii de masterat în terapie de familie în cadrul Institutului de Familie din Philadelphia. Dr. Gogineni a deținut funcția de președinte al Societății de Psihiatrie din Philadelphia, al Consiliului Regional de Psihiatria Copilului și Adolescentului din estul Pennsylvaniei și sudul statului New Jersey, al Forumului Sud-Asiatic American și al Asociației Americane de Psihiatrie Socială. Este un membru distins al Asociației Americane de Psihiatrie, al Academiei de Psihiatria Copilului și Adolescentului și membru al Colegiului American al Psihiatrilor. A scris și a susținut prezentări cu privire la variate aspecte ale paternității, incluzând depresia, dorul, adopția și emigrarea. Lucrează în practică privată în Bala Cynwyd, PA.

Gurmeet Kanwal, M.D., este profesor clinician asociat de psihiatrie la Weill Medical College, din cadrul Universității Cornell, New York, unde predă și supervizează rezidenți din cadrul Clinicii Psihiatrice Payne Whitney. Este psihanalist supervizor și membru al Catedrei Institutului de psihiatrie, psihanaliză și psihologie William Alanson White, precum și fostul președinte al Societății Psihanalitice William Alanson White. Face parte din colectivul de redacție al *International Journal of Psychoanalysis* și *Psychoanalytic Discourse*. Dr. Kanwal este

coeditor (alături de Salman Akhtar) al cărții *Bereavement: Personal Experiences and Clinical Applications* (Karnac, 2017). Lucrările sale recente au fost publicate în *Psychoanalytic Review*, *Neuro-psychoanalysis and Psychoanalysis, Culture & Society*. A contribuit, de asemenea, la un blog de pe website-ul *Psychoanalysis 3.0/Psychology Today* și a susținut conferințe asupra psihanalizei interpersonale în New Delhi, India și Teheran, Iran. Ariile sale de interes includ cultura, trauma și interconexiunile dintre neuroștiințe și psihanaliză. Este dedicat, cu normă întreagă, practicii sale private din New York City.

Danielle Magaldi, Ph.D., este psiholog practician și profesor asociat la Colegiul Lehman, din cadrul The City University of New York. Cercetările publicate de ea au ca punct central două arii de studiu: spiritualitatea și tehnologia în psihoterapie. Lucrările sale din domeniul spiritualității se axează pe mindfulness, autodezvăluirea spirituală și provocările cu care se confruntă psihologii de tradiție seculară care au în tratament pacienți religioși. Lucrările referitoare la tehnologie explorează maniera în care tehnologia are impact asupra intimității și comunicării terapeutice. A primit premiul Distinguished New Faculty pentru cercetările întreprinse asupra unor aspecte multiculturale ale educației și consilierii și face parte din colectivul de redacție al *Journal of Special Education Apprenticeship*. În prezent, este candidat în cadrul Programului postdoctoral de psihoterapie și psihanaliză din cadrul Universității New York și lucrează în mediul clinic în New York City, având în tratament adolescenți, adulți și cupluri.

Siamak Movahedi, Ph.D., este profesor de sociologie în cadrul Universității din Massachusetts, Boston. Este și profesor de psihanaliză, analist formator și supervizor, precum și director al Institutului și al Programului doctoral de studii despre psihanaliză, societate și cultură din cadrul Boston Graduate School of Psychoanalysis, fiind, de asemenea, analist formator și supervizor în cadrul Institutului de psihoterapie HamAva, din Teheran, Iran. Profesorul Movahedi este editorul pentru America de Nord al *Psychoanalytic Discourse*. Este membru al Asociației Americane de Psihanaliză, al Asociației Americane de Psihologie și al Asociației Internaționale de Psihanaliză. Este autor al numeroase lucrări și capitole publicate în cărți și în cele mai importante reviste naționale și internaționale de psihanaliză, psihologie și sociologie, printre altele, *American Imago*, *American*

Psychologist, *American Sociological Review*, *Contemporary Psychoanalysis*, *Journal of the American Psychoanalytical Association*, *Journal of Health and Social Behavior*, *Modern Psychoanalysis*, *Canadian Journal of Psychoanalysis*, *International Journal of Psychoanalysis*, *International Forum of Psychoanalysis*, *L'Année Psychanalytique Internationale*, *Internationale Psychoanalyse (Band 9: Moderne Pathologien)*, *L'Annata Psicoanal. Int.* și *Psychoanalytic Review*. Cel mai recent capitol de carte, „The Narcissism of Minor Differences: The Status Anxiety & Disciplinary Intolerance between Sociology and Psychoanalysis", a apărut în *The Unhappy Divorce of Sociology and Psychoanalysis* (2014). Cele mai recente lucrări ale sale includ „Contextualized Language and Transferential Aspects of Context", *Journal of the American Psychoanalytic Association* (2015); „A False Dichotomy between Science and Hermeneutics, and Observation and Interpretation in the Analysis of Manifest Dreams in Clinical Work", *Psychoanalytic Discourse* (2017); și cele două lucrări al căror coautor este, alături de Nahaleh Moshtagh, „Your Smartphone Is Watching You: Evocative Objects of Influence and Fear of Breakdown", *Psychoanalytic Review* (2016), și „Persian Tales on the Couch: Notes on Folktales as the Mirror of the Contemporary Cultural Struggles with Gender and Sexuality", *International Forum of Psychoanalysis* (2018).

David Pauley, L.C.S.W. (licențiat în asistența socială clinică), este psihanalist formator și supervizor, precum și membru al Catedrei Centrului de Studii de Psihanaliză și Psihoterapie. A parcurs studii masterale atât în domeniul limbii franceze, cât și în cel al asistenței sociale, în cadrul Universității New York, și și-a încheiat formarea în psihoterapie psihanalitică și psihanaliză, la PPSC și, respectiv, Institutul de Psihanaliză Mid-Manhattan. Lucrarea sa recentă, „The Negative Transitional Object: Theoretical Elaboration and Clinical Illustration", a fost publicată în numărul din martie 2018 al revistei *Psychoanalytic Dialogues*. Scrierile sale clinice au mai fost incluse în *Journal of Gay and Lesbian Psychotherapy*, *Annals of Modern Psychoanalysis* și în *Journal of College Student Psychotherapy*. Lucrează în practică privată în Brooklyn, cu adulți, adolescenți, copii, cupluri și grupuri.

Christie Platt, Ph.D., este psihanalist și psiholog clinician în Washington, DC. În practica sa privată, lucrează cu o populație variată, incluzând studenți la universitate, specialiști adulți și veterani de război, atât din Irak, cât și din Afghanistan. Scrierile sale cu privire

la intersubiectivitate, aspecte rasiale și etnice, precum și la arte au fost editate în diverse publicații, incluzând *American Journal of Psychoanalysis*. Analist formator în cadrul Centrului de Psihanaliză Baltimore Washington, și-a parcurs studiile doctorale în cadrul Școlii de Psihologie Profesională din Berkeley, CA. Dr. Platt lucrează în prezent la scrierea unei cărți de memorii, despre anul în care a făcut autostopul pe o distanță de aproape 15 000 de km, între Cape Town, Africa de Sud, și Cairo, Egipt.

Bari Smelson-Kanwal, L.C.S.W., Ph.D., este asistent social clinician și psihanalist, deținând o vastă experiență de lucru cu indivizi, cupluri, familii și grupuri. Face parte din Catedra Centrului Westchester pentru studii de psihanaliză și psihoterapie, unde predă și este supervizor în cadrul programului de terapie de cuplu. A deținut în trecut funcția de profesor adjunct de asistență socială în cadrul Universității New York și a Colegiului Mercy. Și-a parcurs formarea în terapie de grup în cadrul Societății Estice de Psihoterapie de Grup. A susținut prelegeri în Delhi, India, cu privire la terapia de cuplu, combinând teoria sistemelor și psihanaliza. Interesele sale includ efectele bolii psihice ale copilului asupra mamei, precum și aspecte referitoare la rasă, etnie, credință și cultură în cadrul cuplurilor multiculturale. Lucrează în practică privată în New York City și Dobbs Ferry, NY.

Leora Trub, Ph.D., este conf. univ. de psihologie la Universitatea Pace, în cadrul Programului de studii doctorale educaționale/clinice în psihologia copilului, unde este implicată în formarea clinică, supervizarea și formarea teoretică a viitorilor psihologi. Este fondatorul Laboratorului de Media Digitale și Psihologie de la Universitatea Pace, în cadrul căruia este examinată intersectarea psihologiei cu tehnologia, acordându-se un interes special manierei în care tehnologiile ne afectează concepția cu privire la noi înșine și relațiile cu ceilalți, precum și la ce nevoi psihologice și emoționale subterane răspund acestea. Printre proiectele sale, se numără dezvoltarea și testarea unei aplicații de mindfulness care vizează creșterea nivelului de conștientizare a oamenilor cu privire la ei înșiși și la ceilalți în timpul interacțiunilor prin mesaje-text, precum și o examinare în profunzime a manierei în care tehnologia alterează cadrul psihoterapiei și are impact asupra practicii clinice. Lucrează, de asemenea, în practică privată în centrul Manhattanului, cu adolescenți, adulți și cupluri.

În cartea de față autorii aduc în centrul atenției diferite fațete ale intimității ce apar în relațiile romantice, în prietenie, în relațiile digitale sau în relația cu animalele de companie. Intimitatea este explorată și din perspectiva dezvoltării. Autorii pleacă de la intimitatea în copilărie, pentru a ajunge la cea din adolescență, viața de cuplu adultă și, în cele din urmă, la dimensiunile socioculturale și clinice. Propunând o perspectivă cuprinzătoare, vastă și profundă, această carte dedicată intimității încearcă să își aducă cititorii la zi în privința unei teme întotdeauna de actualitate, dar în permanență dificil de definit.

GURMEET KANWAL este profesor de psihiatrie la Universitatea Cornell și psihanalist-formator în cadrul Institutului William Alanson White.

SALMAN AKHTAR este profesor de psihiatrie la Jefferson Medical College și psihanalist-formator în cadrul Centrului Psihanalitic din Philadelphia. A scris și coordonat peste 90 de cărți. La Editura Trei, au mai apărut volumele sale *Sursele suferinței* și *Sursele bucuriei*.

PPT
PSIHOLOGIA PENTRU TOȚI
TREI

www.edituratrei.ro
ISBN 978-606-40-0965-4

